



# Wetenschappelijke onderbouwing

**Ieder mens kent momenten in het leven waarin dingen niet lopen zoals men eigenlijk voor ogen had.**

**Hierdoor kunnen we van vitale mensen veranderen in mensen die lopen te piekeren en te tobben. Onze persoonlijke ontwikkeling stagneert en we voelen ons belemmert. Het vergroten van het inzicht in het functioneren van onszelf en anderen heeft hierop een positieve uitwerking.**

Door verschillende gebeurtenissen, situaties en omstandigheden lijkt het leven soms drastisch verstoord. Het ene moment rijd je op een vijfbaans snelweg waarop alles vanzelf gaat, het volgende moment beland je ineens op een klein weggetje met hobbels en plassen! Je komt niet meer vooruit of hebt zelfs het idee achteruit te gaan. Hoe dit kan? Wij vertellen je er meer over.

Uit onderzoek van het Trimbos instituut en het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) blijkt dat in Nederland jaarlijks zo'n **375.000 tot 400.000** mensen zijn (in de leeftijdscategorie tussen de 19 en 65 jaar) die zich in een dergelijke situatie melden bij hun huisarts voor hulp.

Daarnaast melden **3 op de 4** mensen met deze problemen zich vooralsnog niet. We komen dan uit op het schrikbarende hoge aantal van **1.500.000 tot 1.600.000** mensen die jaarlijks klachten ervaren in hun huidige staat van mentaal welbevinden. Tenslotte zijn er nog vele anderen die ontevreden zijn en die zich hierdoor eveneens op dat weggetje achteraf bevinden.

Wij vinden dat iedereen de mogelijkheid moet hebben om op de vijfbaans snelweg door het leven te gaan! Op die manier kunnen we rust, blijdschap, liefde en geluk ervaren. Wij helpen je graag navigeren naar het leven wat jij voor ogen hebt en helpen bij het verder ontplooien van jouw talenten!

Het ontstaan van maatschappelijke ontwikkelingsachterstanden en (bepaalde) GGZ-problematieken

**In Nederland is een grote behoefte aan persoonlijke begeleiding en mentale coaching; Jaarlijks zijn in Nederland zo'n 1.500.000 tot 1.600.000 mensen die klachten ervaren in hun welbevinden.**

Problemen ten aanzien van iemands functioneren ontstaan nooit zomaar vanuit het niets. Dit blijkt dan ook uit verschillende onderzoeken die vanuit onafhankelijke instanties worden gemaakt. Door onze kennis van het ontstaan van problemen te vergroten, is TMP talent in staat om beter en sneller te anticiperen.

Helaas is het zorgstelsel in Nederland momenteel zo ingericht dat het financieel moeilijk is om preventief te werk te gaan. Vaak kan pas worden ingegrepen wanneer al sprake is van problemen.

Veranderingen hierin dienen door de overheid ingezien en ingepast te worden.

Via het Trimbos Instituut wordt periodiek de NEMESIS studie uitgevoerd. NEMESIS staat voor Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study; zij bestuderen de prevalentie en de incidentie van psychische aandoeningen en het ontwikkelen van psychiatrische comorbiditeit (het samenkomen van meerdere psychische aandoeningen bij één individu) bij mensen tussen de 19 en de 65 jaar oud.

Sinds de oprichting van NEMESIS in 2007 hebben drie periodieke metingen plaatsgevonden (van 2007-2009, 2010-2012, 2013-2015) en is meting 4 in onderzoek. Deze meting zal lopen van januari 2016 tot december 2018. De resultaten van dit onderzoek worden in 2019 verwacht.

In deze 3 voorgaande metingen zijn de volgende overeenkomstige conclusies getrokken: Het ontstaan van psychische aandoeningen (ofwel incidentie), valt vaak te wijten aan:

- Problemen rondom het verwerken van een relatiebreuk door bijvoorbeeld, scheiding, overlijden, etc.
- Problemen rondom het verliezen van een baan, of het te maken krijgen met een beduidende teruggang in inkomen.
- Problemen rondom het ontstaan van een plotselinge lichamelijke of geestelijke aandoening.
- Het langdurig beoefenen van mantelzorg en de psychische belasting die dit met zich meeneemt.
- Klachten van overbelasting die veroorzaakt kunnen worden door toenemende werkdruk, toenemende maatschappelijke druk, overige stress en spanningen.



Jouw route naar verandering



# Wetenschappelijke onderbouwing

Het niet goed kunnen verwerken van bovenstaande situaties, gebeurtenissen en omstandigheden, kunnen leiden tot een vermindering van het functioneren. Wanneer mensen een psychische aandoening ontwikkelen en zij niet tijdig de juiste hulp krijgen aangereikt, kunnen problemen verder oplopen met het risico dat meerdere psychische aandoeningen samenkomen.

Denk hierbij bijvoorbeeld aan het samengaan van bovenstaande factoren met onderstaande problematieken:

- Verschillende stemmingsstoornissen.
- Verschillende angststoornissen.
- Verschillende middelenstoornissen.
- Verschillende aandachtstekort- of andere gedragsstoornissen.

Naast bovenstaande stoornissen wordt er in het NEMESIS onderzoek nog een restgroep genoemd met overige psychische stoornissen, afhankelijk van wisselende factoren als leeftijd, geslacht, etc. Deze aantallen betreffen de onderzochte noemers in de leeftijdscategorieën tussen de 19 en de 65 jaar.

Cijfermatig gezien ontwikkelt **8,9% van de Nederlanders** in deze leeftijdscategorie **binnen 3 jaar** een psychische stoornis. Dit kwam in **de meting van 2012** neer op **10.557.188 personen**, waarvan **jaarlijks** dus **191.400 mensen** een psychische aandoening ontwikkelde.

Deze 191.400 mensen hebben daarmee ook een **direct verhoogd risico** op het ontwikkelen van **psychiatrische comorbiditeit** (het samengaan van meerdere psychische aandoeningen). Wanneer we ook deze cijfers meenemen, komen we uit op een getal van **368.667 psychische aandoeningen per jaar**.

Daarbij dienen we dus ook in acht te nemen dat de leeftijdscategorieën **onder de 12 en boven de 65 jaar** nog niet eens zijn meegenomen in deze onderzoeken. Deze leeftijdscategorieën worden bestempeld als categorieën met een verhoogd risico en zijn daarom niet meegenomen in de NEMESIS studie.

Vooraf de doelgroep onder de 12 jaar zou een belangrijke doelgroep moeten zijn met betrekking tot preventie en vroege interventie van dergelijke problematieken ten aanzien van het functioneren.



Jouw route naar verandering