

Jaarverslag 2024 PsychoseNet.nl:

Wat algemene getallen over PsychoseNet.nl

- Actieve gebruikers op PsychoseNet.nl in 2024: 954.682
(Het totale aantal actieve gebruikers.)
- Aantal sessies in 2024: 1.518.402
(Periode van 30 minuten waarin een gebruiker interactie heeft met de site PsychoseNet.nl)
- Aantal weergaven in 2024: 2.614.291
(pageviews op PsychoseNet)

PsychoseNet is als Community natuurlijk veel meer dan deze aantallen. In deze rapportage vertellen we je er meer over wat PsychoseNet is.

Hulpverlening op PsychoseNet:

Wist je dat:

- [14 PsychoseNet experts](#) maar liefst 4600 vragen beantwoordden in 2024 in het eSpreekuur?

Iedere dag ontvangen we vragen die onze experts met zorg beantwoorden.

- Er op het moment maar liefst [3980](#) vragen in de kennisbank van PsychoseNet zitten?

Zit je met een vraag? Kijk dan eens in [onze kennisbank](#). We plaatsen alleen vragen die waarde toevoegen, die zorgvuldig zijn geredigeerd en grondig zijn geanonimiseerd in de kennisbank.

Wist je dat:

- Een groep van 25 chatmedewerkers bijna 1250 chats per maand deed in 2024, van gemiddeld 40 minuten elk?

De chat werkt volgens een door PsychoseNet zelf ontwikkelde methode die herstel- en ontwikkelingsgericht is. Het is belangrijke innovatieve publieke tool die ook wordt gebruikt in de GEM social trials (zie hieronder).

Wist je dat:

- PsychoseNet in 2024 verschillende herstelondersteunende retreats heeft georganiseerd op locatie?

De retreats kunnen rekenen op veel belangstelling en zijn gericht op bezig zijn in de natuur.

Wist je dat:

- **PsychoseNet een drijvende kracht is in de transformatie van de ggz in de GEM social trials en het onderzoek daarnaar?**

Een social trial is een praktijkexperiment waarin innovatieve sociale of zorggerichte interventies in de echte wereld worden getest en onderzocht om te kijken hoe ze in de praktijk werken en welke impact ze hebben op de doelgroep.

GEM staat voor Ecosysteem Mentale Gezondheid. Het biedt een bredere, meer samenhangende benadering van psychisch welzijn en psychisch lijden, waarbij demedicaliseren, normaliseren en socialiseren centraal staan. In plaats van mentale problemen strikt medisch te benaderen, erkent GEM dat psychisch lijden verweven is met sociale en existentiële factoren. Dit vraagt om epistemisch pluralisme: een samenwerking tussen ggz, sociaal domein, herstelinitiatieven en ervaringskennis. GEM stimuleert keuzevrijheid voor burgers en zet in op een consultatieve werkwijze in de ggz, waarbij specialistische zorg flexibel en modulair wordt ingezet. Het model verschuift de focus van individuele behandelingen naar groepsgerichte ondersteuning, waarin gedeelde waarden en samenwerking tussen verschillende partijen centraal staan. Zo ontstaat een veerkrachtig ecosysteem waarin mentale gezondheid niet geïsoleerd, maar collectivistisch wordt ondersteund in een model van public mental health. In het raamwerk van GEM is het de hulpvrager die kiest van welke opties hij gebruik wil maken in de verschillende fasen van werken aan psychisch problemen.

Wist je dat:

- **PsychoseNet in 2024 twee baanbrekende webinars heeft gemaakt om mensen te helpen met het afbouwen van psychotrope medicaties?**

De komst van taperingstrips in 2013 heeft aan deze verbetering bijgedragen omdat huisartsen en psychiaters, door deze afbouwmedicatie voor te schrijven, hun patiënten bij afbouwen en stoppen nu beter kunnen helpen dan vroeger. Op het [eSpreekuur](#) van PsychoseNet worden over het afbouwen van psychiatrische medicaties al jarenlang veel vragen gesteld.

Wat al die vragen duidelijk maken is dat er een grote behoefte is aan goede uitleg en praktische informatie over afbouwen.

Om in deze behoefte te voorzien is het webinar Afbouwen Psychiatrische Medicaties gemaakt. Het webinar bestaat uit 2 delen die allebei ongeveer 40 minuten duren. [Deel 1](#) is vooral bedoeld voor mensen die zelf (willen gaan) afbouwen, [deel 2](#) vooral voor zorgprofessionals zoals huisartsen en psychiaters.

Wetenschap op PsychoseNet:

Wist je dat:

In 2024 PsychoseNet niet alleen heeft voortgebouwd op haar missie om laagdrempelige en herstelgerichte ondersteuning te bieden, maar ook haar eigen innovatieve activiteiten als wetenschappelijk onderwerp onderzocht? Dit heeft geresulteerd in de publicatie van twee wetenschappelijke artikelen over de impact van PsychoseNet's activiteiten.

1. **De herstelondersteunende chat van PsychoseNet**

Een wetenschappelijk artikel over de chatfunctie van PsychoseNet zal worden gepubliceerd in het *Tijdschrift voor Psychiatrie*. Deze chat, gestart in 2020, groeide in vier jaar tijd van 100 naar 1300 gesprekken per maand. Het artikel benadrukt de rol van de chat als laagdrempelige, anonieme interventie die empowerment en herstel bij gebruikers stimuleert. De analyse laat zien dat de chat niet alleen een brug naar reguliere ggz vormt, maar ook een zelfstandig hulpmiddel biedt voor mensen die kampen met psychische kwetsbaarheden. Met aandacht voor verbondenheid, hoop en zelfredzaamheid binnen een CHIME-D-model, heeft de chat bewezen een waardevolle toevoeging te zijn aan het publieke ggz-landschap.

2. **Medicatievragen op het online spreekuur**

In een tweede artikel, gepubliceerd in *Psychosis: Psychological, Social and Integrative Approaches*, wordt een kwalitatieve analyse gepresenteerd van vragen over het stoppen of afbouwen van antipsychotica die zijn gesteld tijdens het online spreekuur. De studie onderzocht 194 vragen en bracht belangrijke thema's in kaart, zoals het verlangen naar autonomie, zorgen over bijwerkingen, en de behoefte aan praktische ondersteuning. Deze inzichten zijn van grote waarde voor het verbeteren van gedeelde besluitvorming tussen patiënten en zorgverleners, en benadrukken de complexiteit van keuzes rondom medicatie.

Innovatie in onderzoek en praktijk Met deze publicaties onderstreept PsychoseNet haar unieke positie als pionier in het combineren van wetenschappelijk onderzoek en praktische interventies. De organisatie blijft streven naar het verder ontwikkelen en documenteren van haar activiteiten, om zo niet alleen directe ondersteuning te bieden, maar ook bij te dragen aan het bredere discours over een toekomstbestendige ggz.

Qua bloggen:

Wist je dat:

- **We [147](#) mooie blogs mochten plaatsen?**

Wat een hoeveelheid en wat een mooie persoonlijke verhalen hebben we mogen ontvangen.

- **We 77 auteurs kennen op PsychoseNet?**

Bloggers kunnen door de redactie als ‘auteur’ aangemerkt worden bij PsychoseNet als ze meerdere blogs vol herkenning en met een mooie kwaliteit schreven.

Qua podcasts

Wist je dat:

- **PsychoseNet [9](#) nieuwe podcasts publiceerde in 2024?**

Jim van Os maakte podcasts voor PsychoseNet. Hij sprak met gasten over o.a. onderwerpen van trauma tot herstel en het afbouwen van medicatie.

De podcasts zijn te vinden op het PsychoseNet account op [Buzzsprout](#).

Content op PsychoseNet

Wist je dat:

- **Er momenteel [296](#) informatieve pagina's met betrouwbare informatie op PsychoseNet staan?**

De informatie op PsychoseNet richt zich in 2024 op de thema's psychosegevoeligheid, neurodiversiteit, trauma en herstel.

- **Er [486](#) boeken op de boekenlijst te vinden zijn?**

Die volgens de redactie allemaal de moeite van het lezen waard zijn.

- **Er momenteel [1619](#) blogs op PsychoseNet staan?**

Geweldig veel! Onze blogs bevatten een schat aan informatie en herkenning over vrijwel iedere onderwerp dat je kunt bedenken rondom zorg en herstel.

- **Er momenteel [212](#) Nieuwsberichten op PsychoseNet te vinden zijn?**

In de nieuwsberichten op PsychoseNet vind je oproepen, actualiteiten, onderzoeken, tips rondom media vertoningen. Zo blijf je op de hoogte wat er speelt.

- **Er momenteel [59](#) PsychoseNet video's op PsychoseNet staan?**

We hebben veel video's van externe partijen verwijderd van PsychoseNet. Je vindt op de site PsychoseNet.nl vanaf 2024 vooral unieke content die voor PsychoseNet of door PsychoseNet is gemaakt.

We zijn in 2024 gestart om voor PsychoseNet een serie video's over Goede Zorg te maken. Geeske heeft in 2024 6 afleveringen gemaakt met o.a. Ewout Kattouw, Esther Hobma, Nynke Boonstra, Heleen Wadman, Harald Schneider en Rogier Hoenders. [Deze video's kun je hier vinden.](#)

- **Er momenteel [8](#) Mini college's op PsychoseNet geplaatst zijn?**

In de Mini College's van PsychoseNet worden onderwerpen uit de zorg en GGZ op een begrijpelijke manier uitgelegd door Jim van Os.

- **Er momenteel [14](#) vragenlijsten op PsychoseNet in te vullen zijn?**

Wist je dat je op PsychoseNet diverse vragenlijsten kunt invullen? Bijvoorbeeld de vragenlijst psychose, vragenlijst cognitief functioneren, de vragenlijst depressie.

De vragenlijsten hebben in 2024 herzien en zijn opnieuw gebouwd.

- **Er momenteel [2](#) tools op PsychoseNet staan die je kunt raadplegen?**

Vergelijk [antipsychotica](#) en [antidepressiva](#) en hun bijwerkingen met deze twee tools. Deze medicaties kunnen nare bijwerkingen geven. Wel zo handig.

- **Er momenteel [53](#) achtergronden op PsychoseNet te lezen zijn?**

Vind je een blog te kort? Je bent niet de enige. Zin om een langer artikel te lezen? Check dan deze artikelen. We hebben er 53 voor je klaarstaan.

- **Er momenteel [31](#) apps op PsychoseNet staan?**

Op PsychoseNet vind je een handig overzicht met diverse apps die je kunnen ondersteunen bij mentale problemen, bij je herstel en meer.

- **Er [41](#) podcasts op het Buzzsprout podcast kanaal van PsychoseNet te beluisteren zijn?**

- De PsychoseNet podcasts hadden 24,775 downloads in 2024.
- Ze zijn te vinden op ons Buzzsprout Kanaal:
psychosenet.buzzsprout.com.

- **Er [10](#) animaties op PsychoseNet te vinden zijn?**

Op PsychoseNet vind je aantrekkelijke animaties en goede informatie over mentale problemen, over je herstel en meer.

Wist je dat we in 2024 gestopt zijn met de agenda van PsychoseNet?

Het aantal bezoekers van de PsychoseNet agenda was (relatief) klein in vergelijking met de populaire onderdelen van PsychoseNet. We hebben de agenda in 2024 van de PsychoseNet.nl verwijders. Zo houden we meer tijd over voor andere activiteiten.

Qua PsychoseNet YouTube Kanaal

Wist je dat:

- **Dat we in in 2024 steeds meer gingen richten op het [YouTube Kanaal](#) van PsychoseNet?**
- PsychoseNet heeft **7.664** abonnees op haar YouTube account.
- De video's op het kanaal hebben samen **192.928** weergaven gegenereerd in 2024.
- De gemiddelde kijkduur is in deze periode **4:02** minuten per weergave.

PsychoseNet heeft 5 playlists op YouTube met diverse content van verschillende makers, met ook eigen content. We bieden:

1. [Mini-college's van PsychoseNet](#) (8 video's)
2. [Interviews, webinars en lezingen van professionals](#) (134 video's)
3. [Ervaringsverhalen en vlogs](#) (100 video's)

4. [Ecosysteem Mentale Gezondheid](#) (18 video's)
5. [De Animaties van PsychoseNet.](#) (14 video's)

Binnen het PsychoseNet forum

Wist je dat:

- Er in totaal al [211.567](#) berichten gepost zijn?

Het forum wordt goed bezocht.

- **Dat er iedere dag 69.98 nieuwe berichten geplaatst worden op het PsychoseNet forum?**
 - Het PsychoseNet forum kreeg er in 2024 een coördinator bij die ondersteunt om de plek voor iedereen fijn en veilig te houden. Het is een fijne plek om te schrijven.
 - We startten in 2024 ook een proef met '[de Digitale Tentoonstelling](#)' met de kunst van forumleden. Hier is enthousiast op gereageerd.

De PsychoseNet Nieuwsbrief

Wist je dat:

- De nieuwsbrief graag wordt gelezen?
- De PsychoseNet nieuwsbrief 13,783 abonnees heeft?
- Er in 2024 555.085 mail met daarin de wekelijkste nieuwsbrieven zijn uitgestuurd naar de abonnees.

Het is fijn dat onze lezers zo betrokken zijn, trouw zijn en dat ze de nieuwsbrief waarderen.

De PsychoseNet Webshop

Wist je dat:

- De [PsychoseNet webshop](#) prima draait?
- De shop had een Bruto verkoop van **6.286,94 euro**.
- Er werden 198 bestellingen geplaatst.
- Er werden 269 artikelen gekocht.

De PsychoseNet Redactie

Wist je dat:

- **De redactie in 2024 groeide**

De redactie werkte in 2024 met één hoofdredacteur met drie vrijwillige redacteuren. Medio 2024 is een coördinator ingezet om in algemene zin bij het forum en bij de opleiding van nieuwe redacteuren te ondersteunen.