



Veerkracht bij kanker: Hoe kunnen we dit versterken?

Dr. Melanie Schellekens
Helen Dowling Instituut
Congres Kanker en Leven
12 mei 2023



Veerkracht

'Het behoud of relatief snelle
herstel van mentale gezondheid
tijdens of na een tegenslag'





Veerkracht onderzoek

- ▶ 25% ernstige psychische klachten
75% geen ernstige klachten
- ▶ Leren van de mensen met wie het goed gaat:
wat beschermt hen bij tegenslag?
- ▶ Paradigmaverschuiving:
van focus op psychische problemen
naar focus op gezondheid





Confrontatie met kanker

- ▶ Niet alleen 'grote tegenslag', ook nieuwe levensfase met veel stress
- ▶ Gevoeliger voor tegenslag
 - ▶ Traumatische stress zorgt voor acute en chronische veranderingen in het brein
- ▶ Welke beschermende factoren zijn beschikbaar? En hoe kunnen we deze verder versterken?

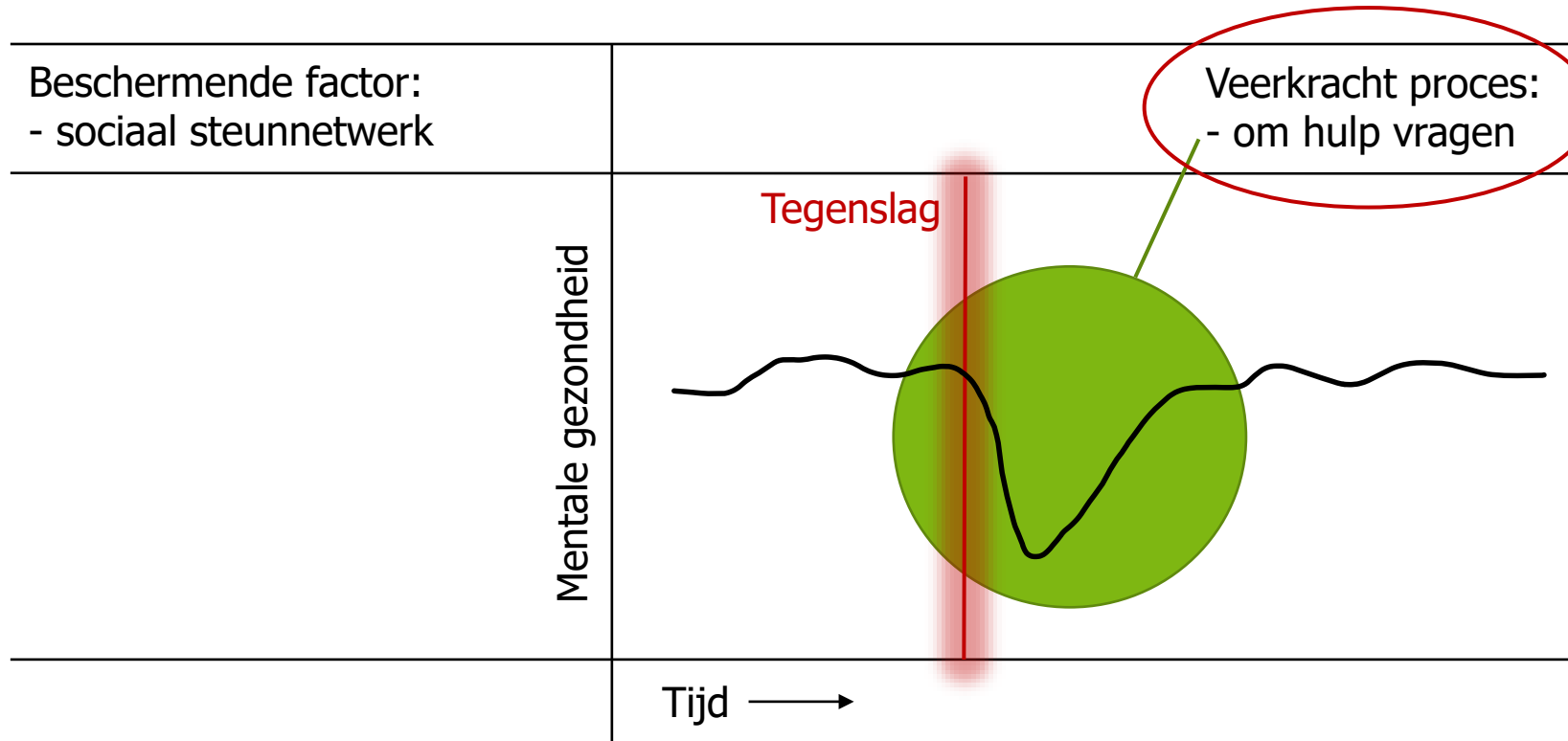




eigenschap
vaardigheid
vermogen
dynamisch proces
persoonlijkheid
karaktertrek
persoonsskenmerk
aanleg

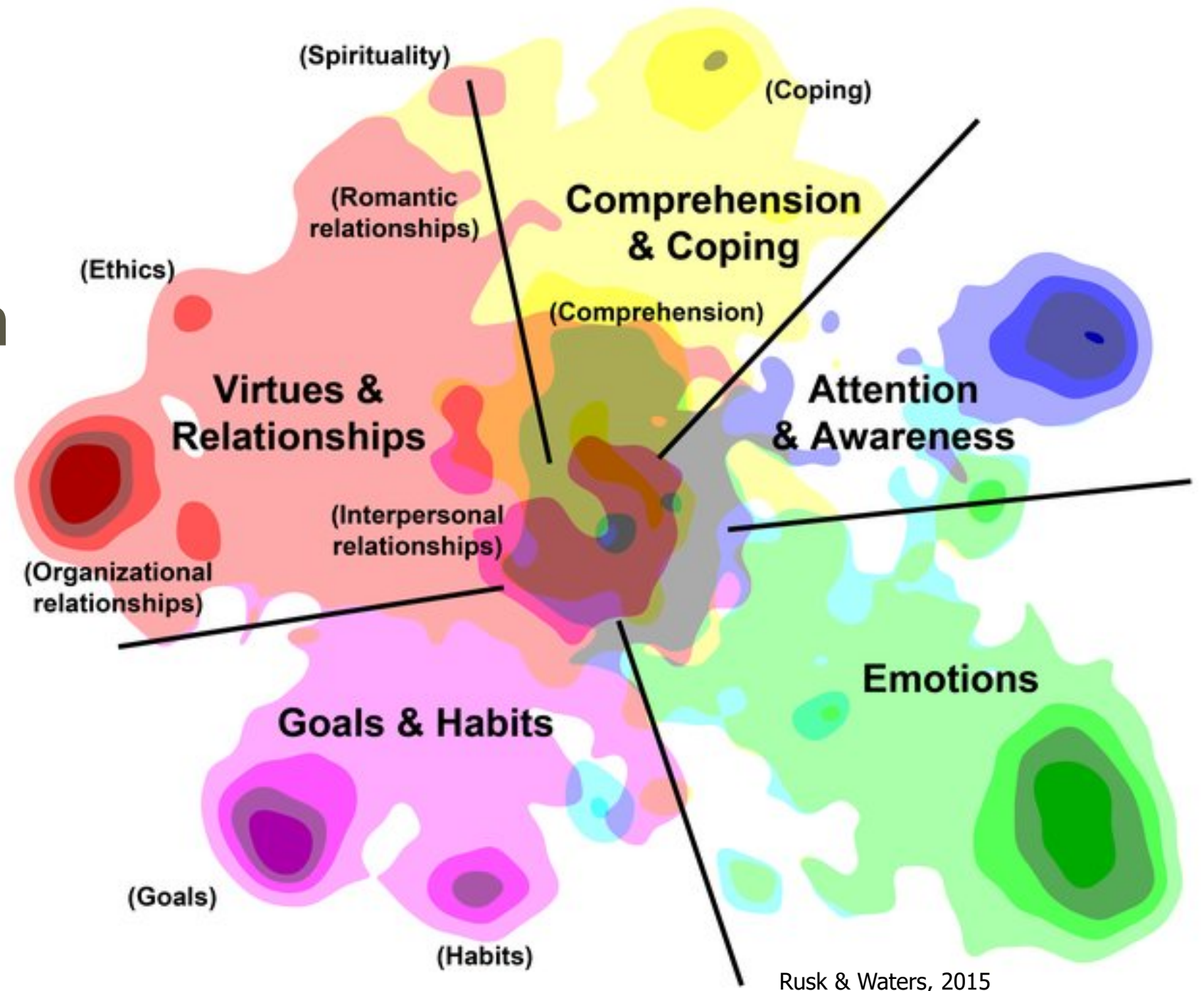


Dynamisch proces van adaptatie





5 domeinen van positief functioneren





Helen Dowling Instituut

Psychologische zorg bij kanker

Dr. Melanie Schellekens

Senior Onderzoeker

Helen Dowling Instituut en Tilburg University

mschellekens@hdi.nl

