Een eigen *kompas* voor na de behandeling



Inleiding

De geestelijke gezondheidszorg (ggz) in Nederland staat onder druk. De vraag naar zorg bij psychische problemen groeit terwijl de capaciteit structureel tekortschiet. Momenteel staan meer dan 90.000 mensen op een wachtlijst en lopen wachttijden in de specialistische ggz vaak op tot meer dan vier maanden.

Tegelijkertijd is door de snelle opmars van kunstmatige intelligentie (AI) een verontrustende realiteit ontstaan: terwijl ggz-instellingen AI vooral inzetten voor administratieve lastenverlichting, is AI voor veel cliënten onderdeel geworden van het dagelijks leven. Ruim een derde van de mensen met een psychische kwetsbaarheid gebruikt AI om te praten over hun mentale welzijn.[1] Meestal buiten het zicht van behandelaren en vrijwel altijd via gratis, commerciële modellen waarin privacy, veiligheid en duidelijke kaders ontbreken.

Het onderzoek van MIND brengt de kansen én risico's scherp in beeld. Want hoewel 93% van de respondenten AI in meer of mindere mate als helpend ervaart, rapporteert een aanzienlijk deel (39%) ook onprettige of onveilige ervaringen.[1] Deelnemers geven aan dat AI soms te algemene antwoorden geeft, te meegaand reageert of onvoldoende begrip heeft van de persoonlijke context. Daarnaast signaleren deelnemers dat AI onrealistische of niet-helpende gedachten vaak bevestigt en soms zelfs versterkt. Deze risico's worden onderstreept door verschillende casussen waarin het gebruik van AI-chatbots in verband wordt gebracht met psychose[2] en suïcide.[3]

Tegen deze achtergrond ontstaat de vraag hoe AI wél op een verantwoorde manier kan worden ingezet voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Niet als generieke gesprekspartner, maar als ondersteunend hulpmiddel dat aansluit bij de context, geschiedenis en kwetsbaarheden van de gebruiker. Vanuit die gedachte is de AI Toolbox ontwikkeld: een AI-tool die uitsluitend gevoed wordt met persoonlijke inzichten die tijdens de behandeling zijn opgedaan. Initiatiefnemer Daniël Brak ontwikkelde het concept vanuit eigen ervaringskennis, in nauwe samenwerking met ervaringsdeskundigen en ggz-professionals. De AI Toolbox richt zich op cliënten juist in de overgangsfase: bij het afbouwen van therapie en het opnieuw vormgeven van het dagelijkse leven.

Een eigen *kompas* voor na de behandeling

Waar een ggz-behandeling essentieel is om binnen een veilige context tot therapeutische inzichten te komen, vraagt het dagelijks leven om een praktische vertaling van diezelfde inzichten. Ervaringskennis leert dat deze vertaalslag een van de meest uitdagende is, vooral wanneer intensieve begeleiding vanuit de ggz afneemt en nazorg beperkt is. Juist in de afrondende fase van een behandeling is het belangrijk dat cliënten opgedane kennis en vaardigheden zelfstandig kunnen verankeren in het dagelijks leven, om terugval te voorkomen.[4] De AI Toolbox is ontwikkeld vóór en dóór mensen met een psychische kwetsbaarheid en ondersteunt cliënten in dit proces met een samenhangende aanpak die bestaat uit twee onderdelen.

AI Toolbox App



Waar papieren herstelplannen gemakkelijk uit beeld raken, brengt de AI Toolbox App persoonlijke herstelresources tot leven. Via een veilige en laagdrempelige app met AI-functies kan de gebruiker interacteren met persoonlijke bouwstenen die tijdens de Toolbox Academy zijn opgebouwd. De AI helpt bij het herkennen van valkuilen en doet suggesties die expliciet zijn terug te voeren op eerder vastgelegde inzichten, strategieën en helpende acties. Zo krijgt wat tijdens de behandeling is geleerd ook daadwerkelijke betekenis in het dagelijkse leven.

De AI Toolbox App wordt ontwikkeld volgens principes van human-centered AI.[5] Dat betekent dat het gebruik bewust is afgebakend en verloopt binnen een vast interactiepad, bewaakt door duidelijke guardrails die bijdragen aan veiligheid, reflectie en begrenzing. Daarmee vormt de AI Toolbox een zorgvuldiger en veiliger alternatief voor generieke taalmodellen. Het streven is een gefinetunede LLM-applicatie die GDPR-compliant is, zodat gegevens en privacy onder beheer van de zorgorganisatie en/of IT-partner vallen.

AI Toolbox Academy



Om de AI Toolbox App persoonlijk en contextgevoelig te maken, wordt deze per gebruiker gevoed met persoonlijke informatie die is gebundeld in bouwstenen. In de Toolbox Academy werken de gebruikers, ofwel cliënten, aan het vormgeven van zes persoonlijke bouwstenen in eigen taal en beeld volgens het CHIME-raamwerk.[6] De groepsvorm, onder begeleiding van een ervaringswerker, draagt bij aan herkenning en erkenning. Het werkboek en een online omgeving met inspirerende herstelverhalen ondersteunen deelnemers in de creatie van hun eigen bouwstenen.

Huidige voortgang

Positieve signalen vanuit het veld (AIC4NL, Digizo) onderstrepen het momentum van de AI Toolbox. Daarnaast is de AI Toolbox Academy succesvol getest binnen een focusgroep van ervaringsdeskundigen. In april 2026 is een eerste praktijktest binnen ggz-instelling YOUZ (Parnassia Groep) succesvol afgerond. Het resultaat is een uitgewerkt curriculum van o.a. lesmateriaal en templates, klaar voor verdere ontwikkeling.

Het prototype van de app (zonder AI-functies) is getest met deelnemers, ervaringsdeskundigen en behandelaren. De volgende stap is het bouwen van de AI-architectuur: veilige AI-functies die alleen werken met de persoonlijke bouwstenen van de cliënt, binnen vaste kaders en onder beheer van de zorgorganisatie en/of IT-partner.

Dat bouwen we in een multidisciplinair consortium. De TU Delft brengt AI-engineering en onderzoek in, MIND het perspectief van cliënten, en ggz-professionals en ervaringsdeskundigen de kennis uit de praktijk. We vullen dat aan met expertise op het gebied van recht en ethiek. Daarvoor zoeken wij financiers en partners die de ambitie delen om AI verantwoord in te zetten in de ggz. AI vervangt daarbij nooit de behandelaar, maar helpt cliënten wat ze in de behandeling leerden zelf toe te passen.

BRONNEN

1. MIND (2025), *Zorgelijk of kansrijk? Generatieve AI bij psychische klachten.*
2. Østergaard, S.D. (2025), Generative artificial intelligence chatbots and delusions: from guesswork to emerging cases, *Acta Psychiatrica Scandinavica* 152(4), 257–259. Morrin, H. et al. (2025), *Delusions by design? How everyday AIs might be fuelling psychosis*, PsyArXiv. Damen, F. & Hijmans, R. (2025), Een psychose na gesprek met AI-chatbot: experts willen onderzoek, NOS Nieuwsuur.
3. Booth, R. (2025), Teen killed himself after months of encouragement from ChatGPT, lawsuit claims, *The Guardian*. McBain, R.K. et al. (2025), Competency of large language models in evaluating appropriate responses to suicidal ideation, *Journal of Medical Internet Research* 27.
4. Akwa GGZ (2024), *Rapport Terugvalpreventie.*
5. Torkamaan, H. et al. (2024), The Role of Human-Centered AI in User Modeling, Adaptation, and Personalization, Springer, 43–84.
6. Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J. & Slade, M. (2011), Conceptual framework for personal recovery in mental health, *British Journal of Psychiatry* 199(6), 445–452.



DE VOLGENDE STAP: FINANCIERING

Van prototype naar *veilige AI*.

info@toolboxmentaalwelzijn.nl