

HEEFT PSYCHOTHERAPIE NUT?

WIL DE WARE PSYCHOTHERAPIE OPSTAAN

drs. Pieter Hoekstra, theoloog, Europees geregistreerd psychotherapeut

Bulletin Logotherapie en Existentiële Analyse Vol. 12/1, March 2002

In Trouw, de 'Onderkrant' van vrijdag 28 december geeft de redactie binnenland haar commentaar op de ontwikkelingen in psychotherapeutisch Nederland. Deze lijken vrij dramatisch. Zowel als het gaat om de inkomstenkant van de vrijgevestigde psychotherapeuten, als de titelbescherming van het vak. Toch heeft bij mij vooral de laatste alinea verbazing opgeroepen - wat heeft de inhoud van deze regels met het voorafgaande te maken?! Hier gaat het vooral om de vraag naar de geloofwaardigheid van het vak. Natuurlijk, het ligt in één lijn met hoe vooral vanuit 'de politiek' gekeken wordt naar deze vorm van hulpverlening. Deze trend is overigens niet beperkt tot Nederland. Wat men vanuit verschillende hoeken zou willen is meetbaar resultaat. Wat werkt? En waarom? Het gaat hier om het concept van de EVT (empirically validated therapy). In de praktijk betreft het daar kortdurende cognitieve gedragstherapieën. Het klopt dat vandaag aan de universiteiten aan deze vormen van therapie alle aandacht wordt geschonken. Het is begrijpelijk dat overheden en verzekeraars deze therapeutische benaderingen van harte omhelzen: kortdurend = snel = goedkoop. Helaas werken deze methoden niet voor iedereen. De eisen waaraan een wetenschappelijke validatieonderzoek moet voldoen geven de beperkingen eigenlijk bij voorbaat al weer. De opzet is analoog aan die van onderzoeken naar de werking van medicijnen. Zoals de Amerikaanse hoogleraar Psychiatrie Irvin Yalom het omschrijft: "Tot de onderzoekseisen behoren 'schone' patiënten (patiënten met een enkele aandoening, zonder de symptomen van andere diagnostische clusters; zeldzaam in de klinische praktijk)." Helaas zijn teveel mensen niet in zo'n 'steriel' vakje te plaatsen. Daarom werken dergelijke methodieken vaak prima bij onder meer burnout, maar bij een dieper liggende chronische depressie niet. Binnen instellingen als het RIAGG wordt veel gebruik gemaakt van deze EVT's, maar het aantal 'uitbehandelde' patiënten of cliënten neemt schrikbarend toe. Zij komen terecht bij reguliere of niet-reguliere vrijgevestigde therapeuten, andere hulpverleners of nergens. Een groot probleem bij de kortdurende therapievormen is zeker ook dat de werking van het therapeutisch proces analoog is aan de omschrijving: kortdurend. Na enige tijd treedt verzwakking van de werking op. Er

bestaan cijfers op grond waarvan beweerd kan worden dat de werking na gemiddeld twee jaar volledig verdwenen is. Een recente en degelijke bijdrage aan de discussie is het 'paper' van Drew Westen & Kate Morrison. (Boston University), getiteld 'How Empirically Valid are Empirically Validated Therapies?' Westen is te bereiken via <http://www.bu.edu/psuch/faculty/westen>

Onderliggend aan de bovenstaande discussie is evenwel de epistemologische vraag. In bijvoorbeeld het Handboek Psychopathologie (Vandereyken, Hoogduin en Emmelkamp) wordt dit door eerstgenoemde uitstekend uitgewerkt. De spanning tussen de 'geesteswetenschappelijke' zijde en de natuurwetenschappelijke zijde van de psychopathologie en de psychotherapie wordt goed samengevat in de dualiteit of polariteit 'Verstehen' en 'Erklären'. Het schema van Vandereyken (XI, p.5) luidt dan:

Empathisch begrijpen of 'Verstehen'

- *'subjectief'*: intuïtief, begrijpen, invoelen, meebeleven
- *'individualiserend'*: gericht op het individueel-unieke, de persoonlijke betekenisrelaties
- *'intra-subjectief'*: analyse volgens de regels die 'binnen het individu' geldig zijn
- *'hermeneutische methode'*: via empathie en introspectie.

Rationeel verklaren of 'Erklären'

- *'objectief'*: verifieerbare verkenning volgens een bepaalde systematiek of methode
- *'generaliserend'*: gericht op het gemeenschappelijke, de algemene wetmatigheden
- *'intersubjectief'*: analyse volgens regels die 'buiten het individu' geldig zijn
- *'empirische methode'*: via abstractie van regels, samenhangen en structuren. Vandereyken maakt helder dat beide wetenschappelijke en praktische benaderingen op geen enkele wijze de respectievelijke en wederzijdse inzichten kunnen ontberen.

Dat het 'de psychotherapeut' niet mee zit, heeft te maken met de eenzijdige belangstelling van de beoordelaars die ofwel vakinhoudelijk niet op de hoogte zijn - of die andere belangen hebben.