

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

Is psychotherapy useful?

Let the true psychotherapy stand up

**Pieter Hoekstra, theologian, European
registered psychotherapist
bulletin logotherapy and existential analysis
Vol. 12/1, March 2002**

In *Trouw*, the 'Onderkrant' of Friday 28 December 2001 the editorial staff gives its comment on the developments in the psychotherapeutic Netherlands. These developments seem rather dramatic. This concerns both the income side of the psychotherapists with a private practice, as well as the title protection of the profession. Nevertheless, especially the last subparagraph has evoked stupefaction - what has the contents of these rules to do with the preceding?! Here it concerns especially the question to the credibility of the profession. Of course, it lies in one line with how, especially from a 'political' standpoint is looked at this form of the helping professions. This recent development has not been restricted moreover to the Netherlands. What is wanted from several institutions are measurable results. What works? And why? It is here about the concept of the EVT (empirically validated therapy). In practice it concerns here short-term cognitive behaviour therapies. It is correct that today at the universities all attention is given to these forms of therapy. It is understandable that governments and insurers embrace these therapeutic approaches most: short-term = rapidly = cheap. Unfortunately these methods do not work for everyone. The requirements to which scientific validation research must comply to in fact do reflect the restrictions already in advance. The set-up is analogous to those of studies into the functioning of medicines. As the American professor in psychiatry Irvin Yalom defines: "To the research requirements belong 'clean' patients (patients with a single disorder, without the symptoms of other diagnostic clusters; rare in practice clinical)." Unfortunately too many people do not fit in such a 'sterile' box. For this reason such methods work frequently very well among other approaches in burnout, but at a deeper located chronic depression it does not. Within institutions such as the RIAGG much use is made from these EVT's, but the number of 'no-more-attendable' patients or -nowadays- customers

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, meebelevan
- '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

is terrifying. They come out with regular or non-regular therapists with an own practice, other care workers or nowhere. A large problem at the short-term therapy forms is certainly also that the functioning of the therapeutic process is analogous to the description: short-term. After some time a weakening of the results appears. There are figures on which can be claimed that the results have disappeared entirely after an average of two years. A recent and sound contribution to the discussion is the paper of Drew Westen & Kate Morrison. (Boston University), entitled 'How Empirically Valid are Empirically Validated Therapies?' Westen can be reached via <http://www.bu.edu/psuch/faculty/westen>. The underlying idea to the above discussion is however the epistemological question. In for example the *Handboek Psychopathologie* (Vandereyken, Hoogduin and Emmelkamp) this is developed excellently by the first mentioned. The tension between the scientific humanities and the scientific side of the psychopathology and the psychotherapy are well summarised in duality or polarity 'Verstehen' and 'Erklären'. The diagram of Vandereyken (XI, p.5) mentions then:

Empathic understanding or 'Verstehen'

- 'subjectively ': intuitively, understanding, experience
- 'individualising': directed at individual-unique, the personal meaning relations
- 'intra-subjective': analysis according to the rules which are valid 'within the individual'
- 'hermeneutic method': by means of empathy and introspection.

Rationally explaining or 'Erklären'

- 'objectively': verifiable exploration according to a certain systematics or method
- 'generalising': aimed at the common, general regulations
- 'intersubjective': analysis according to rules which are valid 'outside the individual'
- 'empirical method': by means of abstraction of rules, coincides and structures. Vandereyken makes clear that both can lack scientific and practical approaches and

Heeft Psychotherapie Nut? - Wil de ware psychotherapie opstaan!

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.

can in absolutely no
manner do without the
respective and reciprocal
insights.

That things are not favourable to 'the psychotherapist', has to do with the unilateral interest of the valuers who are not informed on the contents of the profession - or have other interests.