



www.DirectieveTherapie.nl

Dank voor uw download

U kunt er natuurlijk uit citeren, graag zelfs, maar dan wel met bronvermelding. U mag dit artikel ook ruimhartig verspreiden mits het niet voor commerciële doeleinden is. In die gevallen pas na onze schriftelijke toestemming.

Opname in bloemlezingen en readers moedigen wij aan, maar wel graag eerst even overleggen.

Alle rechten van de artikelen liggen bij
de Stichting Cognitie en Psychose.

Voor alle vragen:
info@gedachtenuitpluizen.nl

Exposure versus cognitieve herstructurering: nog geen definitieve conclusie

*Mirjam Schoutrop en Alfred Lange**

De heren Ten Broeke en De Jongh en mevrouw Wiersma hebben zich er niet van afgemaakt. Hun reactie op ons artikel wijst erop dat zij het stuk grondig hebben bestudeerd. Wij zijn hen dan ook zeer erkentelijk voor de aanvullingen. Wij zullen in onze reactie niet ingaan op hun opmerking ten aanzien van de misschien wat al te voortvarende conclusie van de hoofdredacteur.

Ten Broeke en zijn mede-auteurs zijn het niet eens met de conclusie dat cognitief herstructureren het belangrijkste mechanisme is voor de verwerking van trauma's. Zij achten dit niet bewezen door onze onderzoeken. In dat laatste hebben zij gelijk. Maar zij hebben er geen gelijk in dat wij deze conclusie hebben getrokken. Wij hebben getracht om er inzicht in te krijgen welk van de twee mechanismen (zelfconfrontatie of cognitief herstructureren) het belangrijkste is bij het verwerken door middel van schrijfopdrachten. Daartoe hebben wij de participanten instructies gegeven waardoor zij tijdens het schrijven het accent op zelfconfrontatie of op cognitief herstructureren zouden leggen. Een dergelijke opzet heeft natuurlijk beperkingen. Je weet inderdaad niet zeker of de deelnemers in de herstructureringsconditie niet toch ook met zelfconfrontatie bezig zijn geweest. Het omgekeerde geldt ook: bij zelfconfrontatie is ondanks de instructie misschien niet helemaal te voorkomen dat participanten er ook iets anders over gaan denken. Dat wij ondanks de minimale interventie (vier keer schrijven is toch eigenlijk niet zo veel) toch effecten vinden en verschillen tussen degenen die het accent op confrontatie moesten leggen en degenen die vooral hun negatieve cognities te lijf gingen is eigenlijk opzienbarend. Temeer daar uit inhoudsanalyses die momenteel op het materiaal worden uitgevoerd blijkt, dat de participanten zich goed aan de instructies hebben gehouden. Dit betekent natuurlijk niet dat we nu al kunnen concluderen dat exposure helemaal overbodig is. Dat hebben we ook niet beweed.

Ons laatste onderzoek wordt momenteel herhaald met nog scherpere instructies, nog steeds met schrijfopdrachten als hoofdbestanddeel. Het is per slot van rekening een elegante en kostenbesparende methode waar cliënten in de praktijk zeer tevreden over zijn. Dit neemt niet weg dat het zinnig zou zijn om het verschil tussen exposure en cognitief herstructureren ook te onderzoeken wanneer zowel de exposure (in een imaginaire confrontatie) als de cognitieve herstructurering door de therapeut live wordt geïnduceerd.

* Vakgroep Klinische Psychologie van de Universiteit van Amsterdam
Vakgroep Klinische Psychologie van de Universiteit van Amsterdam