



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

Ten geleide

Alfred Lange

Welkom bij het eerste nummer van dit jubileumjaar; zet 26 en 27 mei alvast in uw agenda, op die data vindt namelijk het jubileumcongres van *Dth* plaats. Het congres zal gaan over preoccuperende gedachten; hoe die in zowat alle stoornissen een rol spelen, en wat je eraan kunt doen. Binnenkort volgt er meer informatie. Maar eerst twee andere mededelingen, één niet verheugende en één wel verheugende. Om maar met het slechte nieuws te beginnen: *Marcel van den Hout* heeft ons verlaten. Enkele maanden geleden verwisselde hij zijn riante werkplek in Maastricht voor een kennelijk nog riantere plek in Utrecht. De slimmerds daar hadden de transfer goed voorbereid. Ze zullen er geen spijt van hebben. Marcel blijft scherpzinnige experimenten uitvoeren waar hij op een aansprekende manier verslag van zal blijven doen. Zijn verhuizing had ons aanvankelijk blij gemaakt. We meenden ons geen zorgen meer te hoeven maken over het feit dat de locatie van de redactievergaderingen voor hem te ver weg was en dat hij daarom zou stoppen bij *Dth*. We waren voorbarig. Enkele maanden na zijn verhuizing liet hij ons weten *Dth* wel degelijk te gaan verlaten. Zijn nieuwe baan bracht meer werk en onrust (wonen in twee steden) met zich mee dan hij had verwacht. We hebben niet geprobeerd hem over te halen. Dat hadden we wel gewild, maar wie zijn wij om dat te proberen. Marcel, we zullen je missen, om vele redenen: je overwogen oordeel, je scherpzinnige analyses, je humor, je bijdragen aan *Dth* en je bijdragen aan onze kennis.

Dan het goede nieuws. We hebben twee nieuwe redacteuren. Om maar met de nieuwste te beginnen: *Wencke de Wildt*, hoofd van de intensieve behandelingsunit van de Jellinek. Zij is psychologe en houdt zich bezig met cognitieve gedragstherapie. Wencke is onder meer bekend door vele publicaties over motiverende gespreksvoering bij verslavingsproblematiek; onderwerpen die prima bij ons passen. Motiveren, omdat het het handelsmerk is van de directieve therapie, en verslaving, omdat we in de redactie op dit belangrijke punt geen echte specialist hadden. Wencke is momenteel hard aan het werk voor haar dissertatie over craving. Welkom.

CAL is terug, ofwel *Kees Hoogduin* heeft weer plaatsgenomen in de redactie. Hij is daar enige jaren geleden uitgestapt. Te druk, u kent dat wel. De tijden zijn wat veranderd en ziedaar, hij is weer beschikbaar. U begrijpt, deze kans hebben wij niet aan ons voorbij laten gaan. Kees is, net als ondergetekende, een van de oprichters van *Dth*. Het zal u niet verbazen dat ik erg blij ben dat ik nu niet langer de enige ben van de oude garde. Dat had iets 'unheimlichs'. Kees paart grote vakkennis aan creativiteit, en heeft, zoals u waarschijnlijk weet, een forse dadendrang: u mag dus veel werk van zijn hand verwachten. Hierbij kan ik nog aantekenen dat hij in de periode dat hij 'slechts' redactieraadslid was met meer dan gewone zorg zijn reviews heeft uitgevoerd. Nooit deden wij vergeefs een beroep op hem. Dat siert hem. Meer informatie geef ik niet. De lezers behoren hem al te kennen. Welkom back in town.

En dan nu het nummer. We beginnen met een prachtig artikel van *Agnes van Minnen*, *Ger Keijsers*, *Carolien Martijn* en *Kees Hoogduin* (ja, daar is ie al weer) over trichotillomanie (het uittrekken van haren en wimpers). Natuurlijk is zelfcontrole van belang. Natuurlijk

zijn de resultaten positief. Maar de auteurs volstaan daar niet mee. Ze vragen zich af hoe het komt dat de resultaten meteen na de behandeling gunstig zijn, maar dat er in het algemeen forse terugval is wanneer men geruime tijd later (hier twee jaar) gaat kijken hoe het gaat. Zij verklaren dit door de zwaarte van de zelfcontrolebehandeling. Zelfcontrole is een tijdje vol te houden, maar na langere tijd laten mensen de teugels weer vieren. Juist degenen die aanvankelijk het meest fanatiek zijn, en dus het meest vooruit waren gegaan, zouden hiervan last hebben. Een interessante theorie, maar nog niet bevestigd. De auteurs hebben ook nog andere variabelen onderzocht die verband zouden houden met die terugval. Depressie blijkt de belangrijkste te zijn. Depressieve haartrekkenden hebben uiteindelijk meer moeite hun haren te laten zitten dan de vrolijke types.

Het zal u niet zijn ontgaan dat er in *Dth* de laatste jaren nogal wat artikelen stonden over de behandeling via het internet. *Dth* heeft nu de primeur van een nieuwe behandeling voor depressie. Lezers, ik kan u verzekeren: het is een plaatje van een protocol. Een prachtige mix van de werkzame bestanddelen van de cognitieve gedragstherapie en de pragmatiek en bejegeningstechnieken van de directieve therapie. De resultaten zijn er dan ook naar. *Alfred Lange, Hans Vermeulen, Cornelia Renckens, Menno Schrijver, Jean-Pierre van de Ven, Bart Schrieken* en *Jack Dekker* doen verslag van dit onderzoek, dat door de Universiteit van Amsterdam, de stichting Mentrum GGZ Amsterdam en Interapy gezamenlijk is uitgevoerd.

Sommige mensen die een trauma meemaken, krijgen later posttraumatische stress-symptomen. Bij anderen blijven die achterwege of komen ze slechts in geringe mate voor. Hoe komt dat? De meest gangbare hypothese: degenen die tijdens het trauma gedissocieerd raken, lopen veel meer kans op posttraumatische stress dan de anderen. *Merel Kindt* en *Marcel van den Hout* beschrijven hoe zij hebben geprobeerd experimentele evidentie voor deze gedachte te vinden. Niet door onschuldige personen in elkaar te slaan of te gijzelen, maar door ze te confronteren met extreem gewelddadige films. Zij beschrijven drie experimenten. De laatste twee waren nodig om bepaalde verklaringen voor hun eerdere bevindingen uit te sluiten; een mooie wetenschappelijke manier van doen. De conclusie: er lijkt geen verband te bestaan tussen dissociatie en de belangrijkste kenmerken van posttraumatische stress. Het lijkt me niet dat het belang van dissociatie in real life-trauma's hiermee helemaal is ontzenuwd. Ik ben benieuwd wat u er zelf van vindt.

Een collega van *Peter Baldé* had EMDR succesvol toegepast, zonder oogbewegingen. Op zich niets nieuws, ware het niet dat het *Baldé* verleidde tot een theoretische beschouwing over de werking van EMDR. Hij situeert die in de indirecte suggesties die ervan uitgaan. Het lijkt ons nuttige kost voor degenen die EMDR zelf toepassen of overwegen dit te gaan doen. De kracht die hij toeschrijft aan de indirecte suggestie is geheel en al in lijn met good old Milton Erickson en met de oerbeginselen van de directieve therapie. Maar waarom blijft men het EMDR noemen?