



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

Weerwoord op de reactie van Kleen, A-Tjak, De Groot en Corthouts

*Martin Appelo**

Niet vaak kreeg ik zoveel mailtjes als reactie op een publicatie als na mijn recensie van het werkboek over ACT, van Hayes en Smith (Appelo, 2007). De reacties waren overwegend positief, omdat de meeste lezers de kern van mijn betoog begrepen. Eén groepje (Kleen, A-Tjak, De Groot, & Corthouts; zie voorgaande artikel in dit nummer) vond het nodig om een reactie als manuscript in te dienen. Zoals zo vaak bij mensen die ‘ingezonden brieven’ schrijven, hebben juist zij vooral vanuit hun eigen visie gereageerd en de aanleiding van hun reactie niet eerst goed gelezen of begrepen.

Wat ik probeerde te zeggen, is dit:

- 1 ACT is een derde generatie gedragstherapie;
- 2 We moeten de theoretische principes van ons vak niet moeilijker maken dan ze zijn;
- 3 Die principes zijn eenvoudig te begrijpen met behulp van contraconditionering (Korrelboom & Ten Broeke, 2004) of ‘retrieval competition’ (Brewin, 2006);
- 4 Het is jammer als een derde generatie gedragstherapie in vage of zweverige termen wordt gepresenteerd, omdat we ons dan op een markt begeven waar we naar mijn idee niet horen.

Het ging mij dus om een argument op betrekkningsniveau en niet om een aanval op inhoudsniveau.

Kleen et al. beweren dat ze mij groot gelijk geven als ze stellen dat ACT en RFT moeilijk te begrijpen zijn. Maar dat heb ik nou juist niet gezegd! Ik gaf aan dat ACT en RFT onnodig moeilijk worden *gebracht*, terwijl ze in feite eenvoudig te begrijpen zijn! (Het valt me in dat kader trouwens op dat de auteurs niet de moeite nemen om te weerleggen dat ACT en RFT heel goed in termen van contraconditioneren te begrijpen zijn.)

Kennelijk vinden de auteurs zelf wel dat ACT in principe lastig te begrijpen is en dat ook de derde generatie gedragstherapie niet gemakkelijk toegankelijk is. Ze lijken dat allerminst een probleem te vinden. Door zichzelf bovendien te profileren als representanten van ACT en de derde generatie schrijven ze impliciet dat *zij* het wel begrijpen. Anderen zijn er kennelijk niet slim genoeg voor, *zij* wel. Reddeloze zielen en gewone mensen zoals ik hebben aangepaste literatuur nodig om het wonder te ervaren. *Zij* zijn al ingewijd. Dat heeft iets hautains en het komt sektarisch over.

Collega’s die hun favoriete speeltje als iets ‘uitzonderlijks’ presenteren, dat alleen voor ‘ingewijden’ met een speciaal soort begripsvermogen te bevatten is, zitten volgens mij op een verkeerd spoor. Ze creëren een sfeer van ‘wij-zij’, van ingewijden versus buitenstaanders, van gelovigen en niet-gelovigen. Juist voor dat soort tendensen probeerde ik met mijn recensie te waarschuwen.

* M. APPELO is hoofd wetenschappelijk onderzoek van GGz Groningen en redacteur van Dth.

Martin Appelo

Vanwege Kleen et al. benadruk ik het bij deze nog een keer. Laten we ons vak simpel, toegankelijk en vooral waardevrij houden!

Referenties

- Appelo, M.T. (2007). Op weg naar de vierde generatie gedragstherapie. Boekbespreking: Steven Hayes & Spencer Smith. Uit je hoofd, in het leven. Een werkboek voor een waardevol leven met mindfulness en Acceptatie en Commitment Therapie. *Directieve therapie*, 27(2),135-139.
- Brewin, C.R. (2006). Understanding cognitive behaviour therapy: A retrieval competition account. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 765-784.
- Korrelboom, C.W. & Broeke, E. ten (2004). *Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie*. Bussum: Coutinho.