



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

Welkom bij het laatste nummer van dit jaar. Helaas bereikt het u met enige vertraging.

Er zijn gerenommeerde collega's als Christoffer Brewin die betogen dat het belangrijker is om cliënten te leren functionele gedachten op het juiste moment op te roepen, dan alleen maar te sleutelen aan de inhoud van hun disfunctionele cognities. Dit heeft geleid tot COMET, ofwel competitive memory training. Dit nummer staat in het teken hiervan. Hier in Nederland is onze eigen Kees Korrelboom een groot fan van dit concept. Samen met Sjef Peeters, Sacha Blom en Irma Huijbrechts beschrijft hij hoe het in zijn werk gaat bij de behandeling van paniekstoornis. Het zal u waarschijnlijk opvallen dat veel van waar wij in de directieve therapie van houden, ook hier voorkomt. Het wordt wel wat gewichtiger geformuleerd.

Het tweede artikel is afkomstig van dezelfde groep. Kim Guijken, Chantal Dommanschet en Kees Korrelboom beschrijven de COMET-methode voor het doen verdwijnen van obsessieve gedachten. Bij obsessies zijn gedragsexperimenten vaak moeilijk te verwezenlijken. Dan is het nuttig om de imaginaire exposure te versterken met beelden die inhiberend zijn voor de angstwekkende obsessieve gedachten. Drie gevalsbeschrijvingen illustreren de aanpak.

Kees Hoogduin laat een losse notitie op u los: hij vergelijkt mensen met dieren. Daarbij gaat hij uit van de koppige ezel. Volgens hem is die helemaal niet koppig, maar kan het dier door stress gewoon niet verder. Wel, dat is nou precies wat sommige mensen meemaken. Ook de aloude 'Totstell-reflex' doet even mee in dit luchthartige betoog.

Cara Verdellen en Kees Hoogduin maken ons alert op een misverstand waar we lang niets over hebben gehoord. Zij maken zich boos dat tics door veel klinici nog steeds (of zo u wilt, wederom) aangepakt worden met behulp van farmaca. Dat is volgens hen helemaal niet nodig en niet wenselijk. Zij maken gewag van een veelheid aan onderzoek, dat de effectiviteit van gedragstherapie (inhiberende respons met responspreventie) aantoont.

Een ander misverstand wordt opgehelderd door Wencke de Wildt en Trudi Tromp-Beelen. Zij weten uit ervaring en uit onderzoek dat er een goede reden is om verslaafden die willen afkicken, ook te laten stoppen met het roken van tabak. Sterker nog, dit schijnt zelfs positief uit te werken op het terugdringen van de drugs- of alcoholverslaving.

We eindigen met recensies. Kees Hoogduin neemt collega Martin Appelo de maat inzake diens boek 'Socratisch Motiveren'. Hij doet dat welwillend, maar geeft toch ook een paar venijnige prikjes. Zo gaat dat onder vrienden. Emily Kouwenhoven bespreekt een boek over wat men

nu 'mentaliserings therapie' noemt. Zoals zo vaak is het allemaal niet zo nieuw. Buiten dat: het lijkt de recensent helemaal niet zo duidelijk wat de auteurs eigenlijk bedoelen met 'mentaliseren'.

ALFRED LANGE, HOOFDREDACTEUR