



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 tweede nummer van 2009.

Mindfulness is in. Zozeer, dat zelfs exposure niet meer zonder meer gericht mag worden op het ervaren van angst. Thomas Smit, Christa Offringa en Hein Kramer laten zien dat exposure ook op een rustige 'mindful' manier kan en dat dit in sommige situaties valt aan te bevelen. Vooral als het gaat om mensen met eetstoornissen. Zij dienen zich bloot te stellen aan de voor hen pijnlijke beelden die zij in de spiegel waarne- men, als zij er schaars of niet gekleed voor gaan staan. Zij moeten hun spiegelbeeld dan op rustige, accepterende wijze bestuderen. De auteurs beschrijven hun protocol en illustreren het aan de hand van twee behan- delingen. Een gerandomiseerde trial is in aantocht.

Onze Belgische vrienden An Adriaens, Guido Pieters, Davy Van- campfort, Michel Probst en Johan Vanderlinden zijn erg goed in het behandelen van patiënten met eetstoornissen. Wij sturen regelmatig mensen naar hun kliniek in Kortenberg. Deze keer gaat hun bijdrage over mensen die lijden aan een overmaat aan eetbuien, zonder dat zij ter compensatie braken, laxeren of excessief sporten. Natuurlijk komen ze wel erg aan en zijn zij veel te zwaar. De auteurs beschrijven voor hun problemen een intensieve behandeling die zich eenmaal in de week gedurende een hele dag in groepsverband in de kliniek afspeelt en die ten minste 24 weken duurt. Zij hebben ook de effecten bestudeerd, weliswaar zonder controlegroep. Zij zijn er juichend over, al zijn de effecten op het gewicht vrij klein en is er geen follow-up uitgevoerd, zelfs geen kleintje.

Of u het nou fijn vindt of niet, 'coping' is een woord dat niet meer valt weg te denken uit het Nederlandse therapiejargon. 'Copingstijl' is mis- schien een nog wel ergere term, wat niet wegneemt dat het zinnig is om na te denken over de manier waarop mensen met hun problemen omgaan. Joyce Maas, Arno van Dam en Andreas Wismeijer onder- scheiden personen die ervan houden hun problemen op een actieve manier aan te pakken (actieve copingstijl) en mensen die dat wat pas- siever doen. De schrijvers van het artikel veronderstellen dat mensen met een 'passieve copingstijl' minder baat hebben bij een actieve gepro- tocolleerde behandeling dan de actievare types. Welnu, dit kwam er niet uit. Geen verschil, niet in uitval en niet in uitkomst. De auteurs hebben er allerlei interessante gedachten over, maar het zou ook kunnen zijn dat het verschil tussen 'passief' en 'actief' in dezen minder duidelijk is dan de onderzoekers hadden gehoopt.

Duimzuigen hoort in de DSM-IV niet bij een echte stoornis. Maar het is wel een vervelende gewoonte waar mensen graag vanaf willen. Leontien Stet beschrijft hoe zij als aankomend klinisch psychologe

zichzelf betrekkelijk eenvoudig van deze onaangename, zelfbeschadigende gewoonte heeft afgeholpen met behulp van zelfcontroletechnieken. Haar niet-geringe gemotiveerdheid was een belangrijke factor.

Het vorige nummer bevatte een bijdrage over de behandeling van bulimia nervosa via het internet. Het protocol werd uiteengezet. Kun Yang Wong en Sofija Andjelkovic hebben als behandelaren aan dit onderzoek meegewerkt. Het viel hun op hoe belangrijk het was dat de cliënten al aan het begin van de behandeling toezegden te stoppen met compenseren. Achteraf, in de eindevaluatie, beschouwden zij dit zelf als zeer waardevol. De auteurs beschrijven een cliënte die als prototype gezien kan worden.

We eindigen met het vermeende Misverstand, dat men belangrijke persoonlijke herinneringen kan vergeten. Volgens Rafaële Huntjens is dit namelijk niet mogelijk. Mensen die dit van zichzelf zeggen, lijden volgens de auteur aan dissociatieve amnesie. De informatie is dan verdeeld over verschillende identiteiten van de persoon in kwestie. Tja.

ALFRED LANGE, HOOFDREDACTEUR