

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

BOEKBESPREKING

.....

Tegen alle verwachtingen in

.....

Bespreking van

Anja Greeven & Arnold van Emmerik (red.). (2020). *Handboek exposure*.
Boom. 324 pp., € 42,95. ISBN 9789024430369

RONALD ROSKAM & MARJOLEIN RUNHAAR

Anja Greeven en Arnold van Emmerik zijn er duidelijk in: exposuretherapie verdient meer aandacht, omdat exposuretherapie een veel geadviseerde therapie is in richtlijnen en zorgstandaarden. Zo bezien is het eigenlijk opvallend dat er nog niet eerder een handboek is verschenen over exposuretherapie. De auteurs vullen dit hiaat op en zetten daarmee in op het vergroten van de expertise en de competentie van therapeuten in het uitvoeren van exposuretherapie. Ze slagen hier goed in. Theorie en praktijk komen beide uitgebreid aan bod. Het boek is daarmee van waarde voor zowel de beginnende als de ervaren therapeut om volgens de meest recente inzichten zo optimaal mogelijk exposuretherapie uit te voeren.

Als lezer word je in deel 1 meegenomen in de ontstaansgeschiedenis van de exposuretherapie zoals we die vandaag de dag uitvoeren. Ook wordt aandacht besteed aan onderzoek, werkingsmechanismen en *therapist drift*. Deel 2 gaat in op specifieke vormen van exposuretherapie in de praktijk, zoals exposure in vivo en narratieve exposuretherapie. In deel 3 van het boek wordt een blik geworpen op de toekomst, inclusief het farmacologisch versterken van exposuretherapie.

De auteurs beschrijven exposuretherapie – terecht – als een transdiagnostische therapievorm. In het tweede deel van het boek valt op dat een aantal hoofdstukken een belangrijke nadruk hebben op een specifieke classificatie, zoals PTSS. Bij sommige technieken, zoals imaginaire exposure, is dit een logische keuze, die de lezer helpt om de therapie zoveel mogelijk

te optimaliseren. Andere hoofdstukken presenteren exposure juist heel transdiagnostisch, zoals de hoofdstukken over interoceptieve exposure en exposure in een virtuele omgeving. Dit inspireert tot het opstellen van een goede individuele casusconceptualisatie. Om deze transdiagnostische kijk te versterken, was het wellicht prikkelend geweest om meer casuïstiek en informatie te geven over het toepassen van exposure buiten de stoornissen die de meeste therapeuten er al mee associëren (angst-, dwang- en posttraumatische-stressstoornissen). Zo worden psychotische klachten in het boek slechts terloops genoemd (met uitzondering van het hoofdstuk over exposure in een virtuele omgeving), terwijl ook hierbij veel mogelijkheden zijn voor exposure. De techniek wordt bijvoorbeeld in het *Handboek psychose* (van der Gaag & Staring, 2019) genoemd als interventie om veiligheids- en vermijdingsgedrag aan te pakken in de behandeling van paranoia, en van opdrachtgevende en dreigende stemmen. Ook valt te denken aan exposure die wordt ingezet in persoonlijkheidsbehandelingen, zoals dialectische gedragstherapie (DGT). In DGT wordt de cliënt immers aangemoedigd disfunctioneel gedrag te onderzoeken en tegengesteld te handelen (Linehan, 2016).

De auteurs maken – ondersteund door wetenschappelijk onderzoek – duidelijk welke technieken gedateerd zijn, zoals exposure combineren met ontspanningsoefeningen. In verschillende hoofdstukken wordt onderstreept dat vanuit het inhibitierelen angstafname geen doel op zich is, maar dat het gaat om leren dat de verwachte ramp niet optreedt. In elk hoofdstuk wordt door de respectieve auteurs op eigen wijze teruggegrepen op maximale falsificatie van disfunctionele verwachtingen. Hoewel angst als factor in het inhibitie-model de tweede viool speelt ten opzichte van verwachtingsdisconfirmatie (zie onder andere Vervliet et al., 2014), komt angst veel terug in de bewoordingen in het boek: angstige situaties, angstige verwachtingen, verdragen van angst, angststoornissen. Aangezien voor cliënten de ervaren angst doorgaans vooropstaat, is dit begrijpelijk. Met name voor beginnende therapeuten is het daarom helpend dat het theoretische kader van inhibitierelen steeds opnieuw naar voren wordt gehaald.

Deel 3 van het boek maakt een uitstapje naar imaginaire rescripting. Dit is een vreemde eend in de bijt, aangezien verondersteld wordt dat de werkingsmechanismen hiervan anders zijn dan exposure. Imaginaire rescripting staat vooral bekend als een US/UR-herevaluatietechniek, waarbij de oorspronkelijke representatie wordt veranderd (zie onder andere Korrelboom & ten Broeke, 2014). Dit in tegenstelling tot inhibitierelen, waarbij een nieuwe representatie wordt gevormd die de oorspronkelijke inhijbeert en de CS dus een andere voorspellende waarde krijgt. Gechargeerd gesteld: wordt het oorspronkelijke pad bewerkt of wordt een nieuw pad aangelegd? Bij imaginaire rescripting speelt verwachtingsdisconfirmatie bovendien geen (duidelijke) rol, in tegenstelling tot bij (imaginaire) exposure, waarbij dit centraal staat. Het hoofdstuk is een interessante toevoeging aan het

boek, die het techniekenarsenaal van de therapeut kan vergroten. Tegelijkertijd is ons niet helder waarom wel een uitstapje wordt gemaakt naar imaginaire rescripting, maar niet naar andere technieken, zoals EMDR. Naar het integreren van zowel exposuretherapie als EMDR in één behandeling wordt immers de afgelopen tijd onderzoek verricht (zie bijvoorbeeld van Minnen et al., 2020).

Samengenomen is dit een boek een waardevolle toevoeging aan de boekenkast van zowel beginnende als ervaren therapeuten. Het doet recht aan een ogenschijnlijk eenvoudige therapie, waar echter meer bij komt kijken wanneer men haar volgens de letters van de kunst wil uitvoeren en de cliënt de meest effectieve behandeling wil bieden. Het boek is informatief, helder, leest gemakkelijk en loopt over van recent onderzoek. Wij hopen dan ook dat het *Handboek exposure* ertoe zal leiden dat meer cliënten toegang krijgen tot een goed uitgevoerde exposurebehandeling – en dat therapeuten die er nog koudwatervrees over ervaren over de drempel geholpen zullen worden.

Ronald Roskam is gz-psycholoog i.o. tot specialist, cognitief gedragstherapeut VGCT i.o en EMDR-Europe Practitioner i.o. supervisor. Hij werkt in het expertteam van Pro Persona Connect Veluwevallei.

Marjolein Runhaar is gz-psycholoog, cognitief gedragstherapeut VGCT i.o en aspirant-lid VEN. Zij werkt in het FACT-team van Pro Persona Veluwevallei en het kernteam van Pro Persona Connect Veluwevallei.

Correspondentieadres: Ronald Roskam, Pro Persona, Willy Brandtlaan 20, 6716 RR Ede. E-mail: vrroskam@hotmail.com.

Literatuur

- | | |
|--|---|
| <p>Korrelboom, K., & ten Broeke, E. (2014). <i>Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie: Handboek voor theorie en praktijk</i>. Coutinho.</p> <p>Linehan, M. (2016). <i>De DGT-vaardigheden: Handleiding voor de vaardigheidstraining dialectische gedragstherapie</i>. Pearson Assessment and Information.</p> <p>van der Gaag, M., & Staring, T. (2019). <i>Handboek psychose</i>. Boom.</p> | <p>van Minnen, A., Voorendonk, E. M., Rozendaal, L., & de Jongh, A. (2020). Sequence matters: Combining prolonged exposure and EMDR therapy for PTSD. <i>Psychiatry Research</i>, 290, 113032.</p> <p>Vervliet, B., Depreeuw, B., Treanor, M., Conway, C. C., Zbozinek, T., & Craske, M. G. (2014). Exposuretherapie maximaliseren: Een benadering volgens het inhibitorisch-leermodel. <i>Gedrags therapie</i>, 47, 296-339.</p> |
|--|---|