

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 (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

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

info@bua.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

.....

Werkzame elementen van therapie

.....

Fitzpatrick, O.M., Cho, E., Venturo-Conerly, K.E., Ugueto, A.M., Ng, M.Y., & Weisz, J.R. (2022). Empirically supported principles of change in youth psychotherapy: Exploring codability, frequency of use, and meta-analytic findings. *Clinical Psychological Science*. <https://doi.org/10.1177/21677026221120230>

Er is in het veld van psychotherapie een groeiende roep om de heersende conceptualisering van psychopathologie te herzien. Zo hebben experts aanbevolen om over te stappen van de op de DSM gebaseerde benadering naar een benadering die meer transdiagnostisch en transtheoretisch van aard is, met als doel de dynamische, gepersonaliseerde en dimensionele aard van geestelijke gezondheid beter weer te kunnen geven. De meeste jongeren die doorverwezen worden, vertonen bijvoorbeeld meerdere, gelijktijdig voorkomende geestelijke gezondheidsproblemen die fluctueren over de tijd, wat de behoefte aan meer flexibele en aanpasbare benaderingen benadrukt. Een raamwerk dat hieraan zou kunnen bijdragen is dat van de zogeheten *empirically supported principles of change* (ESPC's).

Voorbeelden van ESPC's zijn het bevorderen van de verwachting van de cliënt dat therapie kan helpen, het versterken van de motivatie van de cliënt voor verandering en het tot stand brengen van een optimale therapeutische alliantie. Deze ideeën hebben bijgedragen aan waardevol werk in het veld, van de ontwikkeling van taskforces die zijn ontworpen om ESPC's te identificeren tot belangrijke discussies over de factoren van effectieve psychotherapieën. Maar ondanks het feit dat het ESPC-concept al tientallen jaren in de literatuur bestaat, is het empirische onderzoek van de toepassing ervan tot op heden beperkt gebleven. Dit artikel wil bijdragen aan dit onderzoek.

ESPC's worden hier gedefinieerd als constructen die groepen van conceptueel gerelateerde behandelingsprocedures omvatten en karakteriseren, en waarvoor RCT's significant bewijs van voordeel hebben aangetoond. Vanwege dat laatste is in dit onderzoek de nadruk gelegd op ESPC's binnen *evidence based practices* (EBP's).

Een belangrijke eerste stap in de richting van een wetenschappelijke evaluatie van het ESPC-raamwerk is het identificeren van testbare kandidaat-ESPC's. In het huidige onderzoek is deze stap gezet binnen de context van de meest voorkomende psychische stoornissen bij jongeren (angst, depressie, ADHD en gedragsproblemen). De lijst van vijf ESPC's omvat: (a) ontspanning (bijvoorbeeld door progressieve spierontspanning), (b) het verhogen van motivatie (bijvoorbeeld door prijzen en tastbare beloningen), (c) het veranderen van niet-helpende gedachten (bijvoorbeeld identificeren en veranderen van vijandige attributies), (d) problemen oplossen, en (e) het positieve tegenovergestelde oefenen (bijvoorbeeld door exposure of gedragsactivatie).

Deze ESPC's zijn onderzocht zoals ze voorkwamen in een grote database van RCT's voor jeugdpsychotherapie van de afgelopen 60 jaar. De onderzoekers voerden een systematische review en meta-analyse uit van 263 RCT's voor jeugdpsychotherapie (met 348 vergelijkingen tussen behandeling en controle). Ze hebben vijf vragen onderzocht die relevant zijn voor het evalueren van de haalbaarheid en bruikbaarheid van een ESPC-aanpak.

- 1 Een fundamentele haalbaarheidseis is dat ESPC's betrouwbaar identificeerbaar moeten zijn door onafhankelijke beoordelaars. De onderzoekers vonden een hoge intercodeursbetrouwbaarheid bij het identificeren van de specifieke ESPC's en bij het optellen van het aantal aanwezige ESPC's in de verschillende behandelingen.
- 2 Vervolgens onderzochten ze het aantal ESPC's dat in een behandeling werd gebruikt, en ze vonden een afnemend patroon. Eén ESPC per behandeling is het meest gebruikelijk en vijf ESPC's het minst gebruikelijk.
- 3 Een analyse van de frequentie van de verschillende ESPC's binnen de verschillende behandelingen toonde aan dat het verhogen van de motivatie om gewenst gedrag te vertonen de meest gebruikte ESPC was in die behandelingen die slechts één ESPC hadden, en dat het beoefenen van het positieve tegenovergestelde van onbehulpzaam gedrag de ESPC was die het meest werd gebruikt bij behandelingen met meerdere ESPC's. De specifieke ESPC's die het meest en het minst vaak werden gebruikt, varieerden over de vier probleem domeinen op manieren die klinisch relevant lijken. Zo werden in behandelingen voor de relatief moeilijk te behandelen depressie bij jongeren, meer ESPC's gevonden dan bij problemen die gemakkelijker reageren op behandelingen, zoals angst.
- 4 De variërende effectgroottes van de verschillende ESPC's in de bredere steekproef en in de substeekproef van elk doelprobleem maken het interessant om de mogelijkheid te overwegen van ESPC-hiërarchieën (zie ook hierna).
- 5 In tests om na te gaan of effecten verschilden als gevolg van het aantal ESPC's in behandelingen, vonden de onderzoekers bewijs dat behandelingen met vijf ESPC's effectgroottes opleverden die ruwweg twee keer groter waren dan die van behandelingen met minder ESPC's.

Verschillen in bevindingen tussen de verschillende probleemdomeneinen suggereren de mogelijkheid van een gelaagd netwerk van principes, met spotlights en ondersteunende ESPC's voor elk probleemgebied, die kunnen variëren afhankelijk van gelijktijdig optredende problemen en comorbiditeit. Het brede scala aan bevindingen dat hier wordt gepresenteerd, suggereert dat een belangrijke missie voor toekomstig onderzoek, en mogelijk voor het ontwerpen van behandelingen, kan zijn om te onderscheiden welke ESPC's (alleen en in combinatie met andere ESPC's) de beste vooruitzichten bieden voor het optimaliseren van het behandelingsvoordeel.

COMMENTAAR VAN DE REDACTIE (SANDRA VERBEKEN)

.....

Zoals Ollendick en King (2018) in hun overzicht over evidence-based behandeling voor kinderen en adolescenten aangeven, laat psychotherapieonderzoek zien dat de huidige psychotherapie gunstige, maar bescheiden effecten heeft, die relatief stabiel zijn. Daarnaast zijn er veel variaties in de verschillende behandelmodaliteiten die voor psychopathologie bij kinderen en adolescenten de status van vermoedelijk werkzame behandeling blijken te hebben. Ze merken op dat veel behandelingen voorlopig nog experimenteel zijn vanwege een gebrek aan empirische ondersteuning. Het is duidelijk dat er aanvullende en betere behandelingen ontwikkeld en getoetst moeten worden, maar hoe moet de klinische praktijk intussen verder? Het identificeren en selecteren van gemeenschappelijke elementen of basisprincipes van evidence-based behandelingen lijkt hierin een zinvolle stap, waarbij er aandacht is voor de mechanismen die leiden tot verandering tijdens effectieve behandelingen. Het hier gepresenteerde onderzoek poogt hieraan een bijdrage te leveren en past ook binnen de oproep van Hofmann en Hayes om te evolueren naar een meer *process based therapy* (2019). Fijn te lezen dat enkele van de veelgebruikte technieken in de CGT bij kinderen en adolescenten als werkzame elementen werden geïdentificeerd, zoals exposure, relaxatie en operante technieken, en daarmee die technieken ondersteunen.

Literatuur

Hofmann, S. G., & Hayes, S. C. (2019). The future of intervention science: Process-based therapy. *Clinical Psychological Science*, 7(1), 37-50. <https://doi.org/10.1177/2167702618772296>

Ollendick, Th. H., & King, N. J. (2018). Evidence-based behandeling voor kin-

deren en adolescenten: aandachtspunten en commentaar In P. Prins, J. Bosch, & C. Braet (red.), *Methoden en technieken van gedragstherapie bij kinderen en jeugdigen* (pp.293-315). Bohn Stafleu van Loghum. https://doi.org/10.1007/978-90-368-1972-5_12