

Congres NVGP 24 maart 2023

DIVERSITEIT



Simpel maar effectief

Joost Hutsebaut

De diversiteit aan therapiestromingen geeft kleur aan ons veld en identiteit aan ons als behandelaars. Maar wat als er nu eens meer verschillen zijn binnen eenzelfde stroming dan tussen stromingen? Zou het kunnen dat de essentie van effectieve therapie veel simpeler is dan al die stromingen ons willen doen geloven? In deze presentatie wordt gepleit voor de kracht van eenvoud. Wat overigens niet betekent dat al die stromingen niet effectief kunnen zijn.

Vaak wordt beweerd dat therapiemethodes zoals Mentalization-Based Treatment of Schematherapie 'bewezen effectieve' behandelmethodes zijn. De implicatie van zo'n uitspraak lijkt haast dat een behandelaar of een instelling die zulke methodes toepast daarom effectieve behandelingen uitvoert. Of in elk geval effectiever is dan de behandelaar die niet opgeleid is in deze specialistische therapiemethodes. Maar klopt dat wel? In deze presentatie wordt de evidentie voor zulke 'bewezen effectieve' behandelvormen kritisch onder de loep genomen. Dat leidt niet tot de conclusie dat ze niet effectief zijn. Wel tot de conclusie dat hun werkzaamheid niet gegarandeerd is vanuit de methode op zich. Vanuit deze kritische analyse wordt ingezoomd op de generieke factoren die maken dat behandeling ongeacht de stroming effectief is. De conclusie is simpel: je bent als behandelaar wellicht vooral effectief wanneer je instelling, je team en je methode je toelaten om in contact met cliënten vooral jezelf te zijn.