



Show me the evidence!

LinkedIn heb ik al jaren op mijn telefoon staan, het is een van de sociale-media-platforms die ik regelmatig gebruik. Soms om zelf iets te berichten, zoals over het NVGP-congres, het tijdschrift *Groepen* of een cursus die ik geef, maar meestal gebruik ik het om op de hoogte te blijven van nieuwe banen van (oud-)collega's, interessante lezingen, congressen of publicaties. Door LinkedIn krijg ik niet alleen een beeld van wat er speelt in het werkveld van de ggz, maar ook breder in de gezondheidszorg in Nederland en daarbuiten.

Er komen soms ook berichten voorbij die bij mij verbazing oproepen. Verbazing over de inhoud, maar ook verbazing over het feit dat er weinig mensen op reageren en het alleen maar liken of voorzien van een positief commentaar. Nuanceren is lastig aan te brengen in korte berichten en commentaar leidt vaak tot polarisering. Denk maar terug aan de Covid-pandemie en discussies over wel of niet vaccineren. Het is de reden dat ik niet uitgebreid reageer op berichten, terwijl ik daar soms wel behoeften aan heb. Met name als het gaat over berichten van collega's uit het vak of van mensen buiten de ggz die toch een mening over iets in de ggz hebben. Vaak lees ik dan met enige (soms veel) verbazing het bericht nogmaals en vraag ik me af hoe iemand dit kan posten. Het gaat

dan niet alleen om erg persoonlijke berichten, die doorgaans meer thuishoren op Facebook of binnen een Whatsappgroep met vrienden of collega's, maar vooral ook om beweringen waarvan de wetenschappelijke evidentie nu (nog) ontbreekt en enige nuanceren noodzakelijk is.

Soms lijkt het zelfs alsof het wetenschappelijk bewijs sterker wordt geacht naarmate zo'n post meer likes krijgt. Voorbeelden genoeg van nieuwe alternatieve vormen van therapie of nieuwe toepassingen op bestaande therapieën, zoals EMDR bij persoonlijkheidsstoornissen, bokstherapie, wandeltherapie of paardenknuffelen. Veel likes en positieve commentaren, maar een genuanceerde discussie of uitleg waarop dit gebaseerd is en wat er nu precies behandeld wordt, ontbreekt op de sociale media en vaak zelfs nog in de wetenschappelijke literatuur.

Wanneer ik zulke berichten voorbij zie komen denk ik gelijk aan het artikel 'Where is the evidence for evidence-based therapy?' van Jonathan Shedler uit 2017. De Amerikaan Shedler is klinisch psycholoog, psychoanalytisch psychotherapeut, hoogleraar psychiatrie aan de Universiteit van Californië en faculteitslid van het San Francisco Center for Psychoanalysis. Hij houdt zich in zijn onderzoek, zijn schrijfwerk en in de sociale

media vooral bezig met de wetenschappelijke evidentie voor meer inzichtgevende en langer durende psychotherapieën bij mensen met persoonlijkheidsproblematiek. In het genoemde artikel wijst hij op de beperkte wetenschappelijke evidentie van kortdurende en gestructureerde vormen van therapie, zoals CGT. Hij heeft kritiek op de manier waarop de term 'evidence based' wordt gebruikt en noemt het een 'marketingterm' voor geprotocolleerde, vaak kortdurende therapieën. Volgens Shedler worden deze evidence based therapieën vervolgens gezien als superieur aan andere vormen van psychotherapie, zoals langer durende, minder gestructureerde, inzichtgevende psychotherapieën. In zijn artikel laat hij zien dat de wetenschappelijke evidentie van evidence based therapie twijfelachtig is vanwege een hoog percentage (soms meer dan 80%) geëxcludeerde patiënten in een studie, controlegroepen die schijnvertoningen zijn (bijvoorbeeld psychodynamische psychotherapie gegeven door studenten na twee dagen training) en publicatiebias waarvoor veel studies die geen resultaten laten zien niet worden gepubliceerd. Zijn advies is dan ook, wanneer iemand bepaalde resultaten claimt, om allereerst de onderzoeksresultaten op te vragen, deze (als ze er zijn) gedetailleerd te lezen en tot slot eigen conclusies te trekken.

Dit artikel gebruik ik vaak tijdens het lesgeven aan de gz-opleiding om de jonge collega's op een kritische wijze te laten reflecteren op bestaande behandelingen op hun afdeling of binnen hun instelling. Het levert vaak verrassende resultaten op en leidt tot boeiende discussies binnen zo'n opleidingsgroep. Precies wat ik kan missen bij sommige berichten op LinkedIn.

Als hoofdredacteur ben ik blij dat wij als redactie van het tijdschrift *Groepen* ruimte geven aan een breed palet aan onderzoeken en artikelen, relevant vanuit zowel wetenschappelijk als klinisch en maatschappelijk perspectief. Vooral om de lezer op de hoogte te houden van wat er speelt in ons vak als groepstherapeut, maar ook breder. Gelukkig zijn we daarbij niet afhankelijk van korte berichten die alleen geplaatst worden om likes te krijgen. We hebben ruimte om uitgebreid te beschrijven wat er speelt en willen daarmee ruimte geven voor discussie. Zowel voor de auteurs als onder de lezers.

Ook met dit juninummer houden wij de lezer op de hoogte van wat er speelt binnen en buiten de NVGP, de praktijk van de groepspsychotherapie en in de samenleving. Uiteraard staan we stil bij het NVGP-congres van 25 maart 2023 over diversiteit, zoals met Marc Daemens bewerking van zijn voordracht tijdens het congres. Redactielid Leo Zoutewelle heeft een verslag van de lezingen op het NVGP-congres geschreven en Sandra Schruijer sluit in haar column aan op het thema van diversiteit en daarmee samenhangend grensvermijdend gedrag. Daarnaast zijn er drie artikelen over het werken met groepen. Christina Millet staat stil bij een toepassing van Moreno's creativiteitstheorie in psychodrama. Frans van Paassen schrijft over de angsten van de groepstherapeut en Mirjam Beskers, Silvia Pol en Saskia Kelders onderzoeken de plaats van levensverhalen in de behandeling van persoonlijkheidsstoornissen. Tot slot doet redactielid Silvia Pol verslag van het congres in maart van de American Group Psychotherapy Association (AGPA) in New York City.

Naast dat ik jullie natuurlijk aanraad alle bijdragen in dit nummer van *Groepen* te lezen, wil ik toch ook adviseren het artikel van Jonathan Shedler eens te bestuderen om scherp te blijven op wat we doen en

wat we beweren. In de sociale media maar ook breder in ons vak. En als het echt niet lijkt te kloppen, helpt de vraag: 'Show me the evidence!'

Salvatore Vitale

Literatuur

.....
Shedler, J. (2015). Where is the evidence for 'evidence-based' therapy? *Journal of Psychological Therapies in Primary Care*, 4, p. 47-59.
.....