

“Psychoanalysis is the preferred choice of life!”ⁱ

Verslag van

Door de bank genomen. Dag van de Psychoanalyse. (Amsterdam 7 maart 2008)

Rolien van Mechelen-de Goede

Na vijftien jaar de-laatste-vrijdagmiddag-van-januari studiemiddagen, waar het Nederlands Psychoanalytisch Instituut (NPI) in de intimiteit van de Olofskapel te Amsterdam liet kijken in de psychoanalytische keuken, was het nu tijd geworden om de inhoud van het psychoanalytische werk te relateren aan de maatschappij buiten de spreekkamers. Deze verandering werd onderstreept door de keuze voor de Beurs van Berlage, ook sfeervol, maar groter. De druk om ‘evidence based’ te werken is toegenomen. Het NPI heeft de uitdaging aangenomen, samen met de zorginstellingen Parnassia, Mediant en de Gelderse Roos en laat trots de eerste resultaten zien van het door ZonMw gefinancierde wetenschappelijk onderzoek naar de effectiviteit van langdurige psychoanalytische behandelingen. Gezien de grote opkomst, blijktbaar een onderwerp dat leeft.

Na de geestige opening van dagvoorzitter Paul Schnabel over de betekenissen van ‘door de bank genomen’ was er in verschillende parallelsessies aandacht voor wetenschap en de maatschappelijke en klinische toepassing van de psychoanalyse en psychoanalytische psychotherapie.

De plenaire lezing van NPI-onderzoeker Jolien Zevalkink blonk uit in helderheid. Aanleiding voor het onderzoek was de conclusie van de Gezondheidsraad in 2001 dat er nauwelijks effectiviteitonderzoek was naar langdurige psychotherapie. Bovendien miste er node een patiëntvolgsysteem. Nadat een dergelijk volgsysteem was ontwikkeld, werd effectiviteitonderzoek mogelijk. Zevalkink bood ons in vogelvlucht een overzicht van de eerste resultaten van dit onderzoek. Later dit jaar zal het proefschrift van Caspar Berghout volgen.

De centrale vraag is of langdurige psychoanalytische therapie en psychoanalyse effectief zijn. Het onderzoek moest wetenschappelijk relevant zijn en praktisch inzetbaar. Omdat een randomised controlled trial, de gouden standaard op wetenschappelijk gebied, over een zo langdurige therapie niet haalbaar is (voelt de patiënt zich beter door een nieuwe relatie, of door de therapie, of kon de relatie ontstaan door de therapie, enzovoort, enzovoort) en niet ethisch verantwoord is (kan je iemand 5 jaar lang, 5 keer per week, naar analyse laten komen als dat niet echt nodig is), werd gekozen voor de in dit geval second best optie van een quasi-experimentele opzet van het three-wave panel design. Deze vorm van onderzoek kan uitgevoerd worden in de dagelijkse praktijk van aanmelding, diagnostiek, uitvoering en afsluiting van langdurige behandelingen. Het komt erop neer dat in een korte tijd cohorten patiënten in verschillende fasen van hun behandeling kortdurend gevolgd worden. In de data uit dit onderzoek openbaarden zich verschillende ‘bankgeheimen’. Ik noem hier dat voor het vaststellen van een blijvende verandering niet alleen afgegaan kan worden op symptomen en klachten. Er werd onder meer gevonden, dat alleen de klassieke psychoanalyse een chronische lusteloosheid kan omzetten in een meer actieve levenshouding. Daarnaast leiden psychoanalytische behandelingen tot een grotere autonomie dan andere psychotherapieën. Dit alles levert de wetenschappelijk onderbouwde conclusie op dat psychoanalytische behandeling zinvol is. De databank van dit onderzoek bevat nog veel

geheimen, onder andere over 'kwaliteit van leven', die na verdere uitwerking openbaar gemaakt zullen worden.

Ondanks deze duidelijk positieve resultaten bleef de vraag uit de zaal van Iki Freud onbeantwoord, waarom het NPI zo'n laag percentage van haar cliëntèle de indicatie 'psychoanalyse' meegeeft.

Frans de Jonghe en Saskia de Maat wisselden elkaar af in een boeiende voordracht over overeenkomsten en verschillen tussen psychoanalytische psychotherapie en psychoanalyse. De Maat promoveerde in 2007 op het onderzoek: *Effectiviteit van psychoanalytische psychotherapie. Kort als het kan, lang als het nodig is*. Na twee jaar blijkt het effect van langdurende therapieën in de zin van symptoomvermindering ongeveer gelijk, maar na drie jaar blijkt de psychoanalyse het beduidend beter te doen dan psychoanalytische therapie; er is minder terugval. Aangenomen wordt dat het positief najlende effect van de psychoanalyse ontstaat doordat de patiënt 'zijn eigen analyticus' is geworden.

Voor de verzekeringsmaatschappijen is een directe winst te behalen, doordat er na therapie minder ziektekosten gemaakt worden. Uit onderzoek naar de kosteneffectiviteit van langdurige therapieën blijkt, dat de medische consumptie met zo'n 5000 euro omlaag gaat per persoon, per jaar. Drie jaar na het einde van de behandeling zijn de baten al gelijk aan de kosten! Wel een beetje Hollands trouwens om sec de kosten en baten uit te rekenen.

Betreffende de verbeterde kwaliteit van leven, die tot in de volgende generaties kan doorwerken, vond men in een Amerikaans onderzoek dat iedere dollar die werd besteed aan therapie 3 dollar (!) opleverde, omdat vrienden, familie en omgeving mee lijden onder de ziekte van de patiënt, maar dit is weer een andere vorm van onderzoek.

Peter Fonagy sprak over het samenspel tussen kliniek en research in de psychoanalyse. Hij eindigde zijn lezing met de onderzoeksbevinding dat mannelijke psychoanalytici langer leven dan mannelijke artsen, en nog veel langer dan een willekeurige groep mannen. Zijn conclusie luidde dan ook: "Psychoanalysis is the preferred choice of life!"

De plenaire academische en het klinische debatten leverden interessante gedachten op over het genereren van inhoudelijke kennis betreffende therapieën, de moeilijkheden bij statistische analyses, het op gepaste wijze gebruik maken van financiële middelen, van interventietechnieken, over causaliteit, inclusiecriteria en gehechtheidstijlen. Het debat toonde een zorgvuldig nadenken en de pogingen om transparant en maatschappelijk verantwoord te zijn.

Voor de deelnemers aan het congres zijn begrippen als 'gehechtheidstijl' in verband met psychisch lijden gesneden koek, maar er zal voor gewaakt moeten worden om in deze terminologie met verzekeraars en politiek betrokkenen te spreken. 'Moeite met hechten', daar spreekt voor de buitenstaander niet de ernstige pathologie en lijdensdruk uit waaraan gemeenschapsgeld uitgegeven zou moeten worden, zoals terecht door een van de panelleden werd opgemerkt.

De psychoanalytische wereld zal moeten doorgaan met het duidelijk maken waar ze mee bezig is en wat het effect is van behandelen. De 'politiek', als vertegenwoordiger van ons allen, zal de beslissing moeten nemen of en welke dure ambulante therapie uit de basisverzekering zal worden vergoed.

De keuze voor de Beurs van Berlage en de keus om een dag te organiseren over wetenschappelijk onderzoek, waarmee we laten zien dat we met beide benen in de maatschappij staan, laat onverlet dat de verdere ontwikkeling van de klassieke psychoanalyse

al onze steun en aandacht verdient. Nu al met heimwee, denk ik aan de Olofskapel, waar analytici voornamelijk spraken over de ins en outs van het analytische werk op de bank.

ⁱ Citaat ontleend aan de powerpointpresentatie van Peter Fonagy

Gepubliceerd in het Tijdschrift voor Psychoanalyse 2008 nummer 2, Boom Amsterdam.