

Protocol *Transdiagnostische factoren* – *Theorie en praktijk*

Bas van Heycop ten Ham, Monique Hulsbergen en Ernst Bohlmeijer

De meest voorkomende psychische stoornissen, zoals angst- en stemmingstoornissen, blijken meer overeenkomsten dan verschillen te hebben. Deze overeenkomsten worden ook wel transdiagnostische factoren genoemd. Het zijn mechanismen die de klassieke DSM-categorieën overstijgen, zoals moeilijkheden met emotieregulatie, zelfkritiek en verstoring in de executieve functies. De DSM is een classificatiesysteem dat symptomen van problematische gevoelens, gedachten en gedragingen clustert tot een stoornis. De aldus ontstane diagnose is geen verklaring voor de gevonden verschijnselen, maar slechts een verzamelnaam. Door transdiagnostische factoren te betrekken in de diagnostiek en behandeling, wordt het mogelijk om een zinvolle hypothese te vormen van de problematiek van een cliënt, waardoor deze succesvoller behandeld kan worden en de kans op terugval verkleind wordt.

Bezwaren bij het gebruik van de DSM

In de klinische praktijk is het grootste bezwaar van het classificeren volgens de DSM, dat het niet meer is dan het woord al zegt. Het diagnostische label beschrijft geen eenduidig ziektebeeld, laat staan dat er aanwijzingen zijn voor etiologische en instandhoudende factoren.

In wetenschappelijk onderzoek wordt ondervonden dat allerlei genetische, neurobiologische en fenomenologische bevindingen niet passen binnen de heterogeniteit van een DSM-stoornis. De ene depressie is de andere niet. Bovendien gaat wetenschappelijke informatie verloren door de categorale benadering van de DSM: zo is er nog een depressie en zo is die er beneden een bepaald afkappunt niet meer.

Comorbiditeit verklaard

Door het gebruik van de DSM worden vaak meerdere diagnoses gesteld bij een cliënt (comorbiditeit). Dat er zo vaak sprake is van comorbiditeit doet vermoeden dat er gemeenschappelijke, onderliggende factoren aanwezig zijn bij meerdere stoornissen. Deze factoren kunnen het best omschreven worden als psychologische constructen of functies op een dimensionale schaal. Te denken valt aan informatieverwerkende functies zoals aandachtstoewijzing en geheugen, en emotieregulerende functies: waaronder bewustwording, herevaluatietechnieken en het kunnen verdragen van emoties.

Uit allerlei onderzoek is gebleken dat bij een volgens de DSM gedefinieerde heterogene groep cliënten inderdaad sprake is van dit soort factoren. Deze factoren hebben veelal een genetische en neurobiologische basis en verklaren voor een deel de etiologie van een stoornis.

Transdiagnostische factoren: een bewezen meerwaarde

Het begrip ‘transdiagnostisch’ betekent: voorkomend bij meerdere stoornissen. Een transdiagnostische factor moet aan de volgende voorwaarden voldoen voor de wetenschap en de klinische praktijk:

- 1 De transdiagnostische factor is een risicofactor voor de ontwikkeling en terugval van *verschillende stoornissen* of een instandhoudende factor hiervan. Dit kan bijvoorbeeld blijken uit de aanwezigheid van de factor in een niet-klinische fase van de stoornis;
- 2 De transdiagnostische factor speelt een rol bij comorbiditeit, bijvoorbeeld een verhoogde mate van een bepaalde factor voorspelt meer comorbiditeit;

- 3 De transdiagnostische factor kan worden opgenomen in een theoretisch model dat de instandhoudende factoren van *verschillende stoornissen* verklaart;
- 4 De behandeling van de transdiagnostische factor geeft een reductie van klachten bij *verschillende stoornissen*.

Overigens kan een transdiagnostische factor ook een positieve betekenis hebben, namelijk als beschermende factor tegen de ontwikkeling van een stoornis. Voorbeelden hiervan zijn welbevinden en mentale veerkracht (*resilience*).

Het boek *Transdiagnostische factoren – Theorie en praktijk*

Bij uitgeverij Boom verscheen in 2015 *Transdiagnostische factoren – Theorie en praktijk*: in Nederland het eerste boek over transdiagnostische factoren, geschreven door experts op het gebied van klachten die de DSM-categorie overstijgen. Vanuit hun klinische ervaring en onderzoeksbevindingen maken de auteurs inzichtelijk hoe de relatie is van een specifieke transdiagnostische factor tot psychopathologie, en worden handvatten gegeven voor de behandeling.

Het boek geeft een goed beeld van de huidige stand van zaken in dit onderwerp. Het begint met een heldere uiteenzetting van het belang dat vele onderzoekers en klinici – waaronder het gezaghebbende Amerikaanse onderzoeksinstituut National Institute of Mental Health (NIMH) – hechten aan transdiagnostische factoren, in het onderzoek naar en de behandeling van psychiatrische cliënten. Of zoals Tom Insel, de vroegere directeur van het NIMH het stelde: ‘Van “een depressieve stoornis” naar relevante en onderscheidende neurobiologische parameters, of, analoog aan de geneeskunde: van een “maagpijnstoornis” naar een maagzweer door inwerking van schadelijke bacteriën.’

In het boek belichten verschillende auteurs thans gangbare transdiagnostische factoren zoals veranderingen in slaappatronen, verslavingsgedrag, perfectionisme, emotionele gewaarwording en emotieregulatie, zelfbeeld, cognitieve factoren zoals aandacht en werkgeheugen, welbevinden en mentale veerkracht. In elk hoofdstuk wordt het transdiagnostische karakter van deze factoren toegelicht en krijgt de behandelaar een goede indruk van de klinische toepasbaarheid van elke factor. Het boek is bedoeld voor psychiaters, (klinisch) psychologen en HBO-geschoolden, werkzaam in de GGZ. Het biedt interessante verwijzingen naar relevant wetenschappelijk onderzoek op het gebied van transdiagnostische factoren, en is daarom ook een aanbeveling voor onderzoekers.

Transdiagnostische factoren zijn nu al van belang in klinisch wetenschappelijk onderzoek. Deze factoren zullen hoogstwaarschijnlijk in de nabije toekomst leidend zijn voor een nieuwe diagnostiek en behandeling van cliënten.

© 2016 Bas van Heycop ten Ham, Monique Hulsbergen en Ernst Bohlmeijer

© 2016 Boom uitgevers Amsterdam. Dit whitepaper is vrij te gebruiken voor niet-commerciële doeleinden.

Voor commercieel gebruik dient u contact op te nemen met Boom uitgevers Amsterdam:
info@boompsychologie.nl of 020-524 45 14.

Over de auteurs

Bas van Heycop ten Ham is geregistreerd gz-psycholoog, psychotherapeut en klinisch psycholoog. Voorheen werkte hij als gedragstherapeut bij onder andere Parnassia in Den Haag, UMCUtrecht afdeling Angst- en dwangstoornissen, Landelijk Kenniscentrum voor Eetstoornissen 'De Ursula', het Astmacentrum in Davos en vrijgevestigd in Ruinerwold. Sinds 2011 heeft hij zijn eigen psychotherapeutische praktijk in Zwolle. Naast het runnen van zijn eigen praktijk geeft hij les aan gedragstherapeuten in opleiding.

Monique Hulsbergen heeft lang gewerkt als psychotherapeut. Ze ontdekte steeds meer het belang van het erkennen en toestaan van (psychisch) leed en aandacht voor welzijn: de mogelijkheden voor plezier, spel en groei. Over hoe je tot bloei kunt komen – ook in aanwezigheid van klachten – schreef zij diverse (zelfhulp) boeken. Zie ook: www.moniquehulsbergen.nl en www.voluitleven.info.

Ernst Bohlmeijer promoveerde in 2007 op onderzoek naar de effecten van life-review op depressieve klachten en zingeving van mensen in de derde levensfase. Sinds 2011 is hij hoogleraar Geestelijke Gezondheidsbevordering aan de Universiteit Twente. Zijn onderzoek richt zich onder andere op het onderbouwen en evalueren van een persoonsgerichte benadering in de geestelijke gezondheidszorg.



Het onderzoek naar psychiatrische stoornissen en de behandeling daarvan is veelal gebaseerd op categorale, symptoomgerichte diagnostische classificatiesystemen, waaronder de *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM). Deze systemen houden echter geen rekening met transdiagnostische factoren: klachten die de categorie overstijgen.

Wanneer een behandelaar oog heeft voor de transdiagnostische factoren verloopt de behandeling succesvoller. Bovendien vermindert dit de kans op terugval. In *Transdiagnostische factoren*, het eerste Nederlandstalige boek over dit onderwerp, leest u bijdragen vanuit klinische ervaring en onderzoeksbevindingen van verscheidene toonaangevende auteurs.

Lees meer over *Transdiagnostische factoren* en bestel op www.boompsychologie.nl