

Open brief vanuit BWP, de Beroepsvereniging voor Wetenschappelijk onderbouwde Psychotherapie

Hoe ga je om met je psychisch monster: bestrijden of ermee leven?

Beste minister Vandenbroucke,

‘In tweeënhalf jaar tijd vonden 300.000 mensen de weg naar goedkope psychotherapie,’ zegt de krant ([DM 12/03/2024](#)). Het betreft hier mensen die gebruik maakten van de nieuwe RIZIV-conventie voor terugbetaalde eerstelijns psychologische zorg. Mensen kunnen bij een geconventioneerd klinisch psycholoog of orthopedagoog terecht en betalen zelf 4 of 11 euro per individueel gesprek (2,5 euro per groepsgesprek). Dit aanbod omvat max. 20 individuele gesprekken en onbeperkt groepssessies.

Het verheugt ons dat deze conventie de drempel om gebruik te maken van psychologische zorg verlaagt. Onderzoek van prof. Bruffaerts wijst uit dat de termijn waarbinnen mensen hulp zoeken voor hun klachten, verkortte van 10 jaar naar 4 jaar. De uitgebreide mediacampagnes verspreiden de boodschap dat tijdig hulp zoeken voor mentale klachten gezond is en geneest.

De kwaliteitsvolle hervorming van de geestelijke gezondheidszorg is voor u belangrijk. Wel, voor de BWP ook. U betreft de diverse partners uit het werkveld en de patiënten zelf in deze hervorming. Alleen zo heeft een hervorming kans op slagen, akkoord. De stap om mensen toe te leiden naar een eerste lijnsaanbod dat klachten inventariseert, behandelt en - indien deze hulp onvoldoende blijkt - doorverwijst is theoretisch verstandig.

Maar deze conventie biedt eerstelijnszorg, geen psychotherapie. De spraakverwarring in de media lijkt misschien onschuldig, maar is dat niet.

Doel van de huidige conventie is om mensen met eerstelijns psychologische zorg te ondersteunen in de mentale klachten die ze ervaren, hun veerkracht aan te spreken om er zelf mee om te kunnen, een escalatie van lichte tot matige psychische problemen te voorkomen. Het gaat om kortdurende, laagdrempelige psychologische interventies en ondersteuning.

Psychotherapie is aangewezen als volgende stap als eigen veerkracht en de eerstelijnszorg onvoldoende soelaas bieden. Het is een gespecialiseerde vorm van behandeling. Beoefenaars van de psychotherapie hebben bovenop hun basisopleiding een gespecialiseerde postgraduaatsopleiding volbracht in één van de vier evidence-based psychotherapeutische stromingen. Psychotherapie richt zich op specifieke en/of matige tot ernstige problemen waarmee mensen en hun context niet meer of moeilijk kunnen functioneren in hun dagdagelijks leven.

Belangrijk is dus een vlotte aaneenschakeling van eerstelijnszorg naar psychotherapie. Eerstelijnszorg kan een gespecialiseerde behandeling niet vervangen.

Het treft dat het monster van de psychische klachten uit de mediacampagne, in psychotherapie net staat voor het lijden dat een normaal onderdeel is van elk menselijk leven. U moedigt ons aan te spreken over de monsters die ons lastig vallen en wil via de eerstelijnszorg handvaten reiken om met het monster te leven zodat we weer verder kunnen. Zodat het zich niet nestelt.

Maar uw campagne werkt mee de verwarring in de hand. Mensen willen nu allemaal van hun monster af. Ook mensen met matige tot ernstige en complexe problemen melden zich aan in deze RIZIV conventie. Dit zijn mensen die door schroom, taboe, financiële moeilijkheden vaak lang gewacht hebben om hulp te zoeken. Ze krijgen nu in een eerstelijns traject eindelijk zicht op wat de essentie is van hun problemen. Eerstelijns zorg volstaat voor hen niet, ze hebben psychotherapie nodig, maar komen in een vacuüm terecht zonder terugbetaling (of met een zeer kleine

tegemoetkoming van hun ziekenfonds) en met wachtlijsten tot twee jaar in de gesubsidieerde zorg. Cliënten blijven gedesillusioneerd achter. Ze geloven niet meer dat ze geholpen kunnen worden omdat hun monster niet simpelweg weggaat.

We nodigen u uit om samen met ons niet enkel de monsters van het psychisch lijden te temmen maar ook de echte draak te bestrijden: de gebrekkige zorgcontinuïteit

We hopen dat we u kunnen doen inzien, meneer de minister, dat het de plicht is van de overheden van dit land om ALLE geestelijke gezondheidszorg te helpen faciliteren, door ook psychotherapie meer toegankelijk en terugbetaald te maken. Als vertegenwoordigers van de vier wetenschappelijk onderbouwde psychotherapeutische verenigingen in Vlaanderen, werken wij hiervoor graag met u samen.

Meer informatie over psychotherapie zie bwpsychotherapie.be

De BWP vertegenwoordigt beoefenaars van de psychotherapie die werken binnen de wetenschappelijke psychotherapeutische referentiekaders zoals beschreven in het advies van de Hoge Gezondheidsraad. Onze organisatie zetelt in de federale raad voor geestelijke gezondheidszorgberoepen. Bij de BWP zijn vier psychotherapie-verenigingen aangesloten, die elk één van de vier referentiekaders vertegenwoordigen in Vlaanderen: VVGT (Vlaamse Vereniging voor Gedragstherapie), VVPT (Vlaamse Vereniging voor Psychoanalytische Therapie vzw), BVRGS (Belgische Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie en Systeemcounseling vzw), VVCEPC (Vlaamse Vereniging voor Cliëntgericht-Experiëntiële Psychotherapie en Counseling).