



T NEDERLAND

www.d-i-t.eu

www.d-i-t.org

DYNAMIC INTERPERSONAL THERAPY (DIT)

VOOR DEPRESSIE EN ANGSTSTOORNISSEN

PERSOONLIJKHEIDSPROBLEMATIEK

SOMATISCH ONVERKLAARBARE LICHAMELIJKE KLACHTEN

Wat is DIT?

Dynamische Interpersoonlijke Therapie is een focale kortdurende therapie voor stemmingsstoornissen, somatisch (onvoldoende)verklaarde lichamelijke klachten en persoonlijkheidsproblematiek (voornamelijk cluster B en cluster C of kenmerken daarvan). Het behandelprotocol is gebaseerd op het werk van een groep experts uit Engeland, die op basis van de handboeken van (kortdurende) psychodynamische therapieën de belangrijkste elementen, die aantoonbaar effectief zijn gebleken, op een rij hebben gezet. Dit leidde tot een opsomming van competenties, waaraan therapeuten moeten voldoen willen ze met succes patiënten behandelen. Zie hiervoor: *Lemma, A., Roth, A., Pilling, S. (2008) The competences required to deliver effective psychoanalytic/ psychodynamic therapy.* www.ucl.ac.uk/CORE.

Door de overzichtelijkheid van het behandelmodel is DIT relatief gemakkelijk te leren, met name voor professionals, voor wie psychoanalytische psychotherapie onderdeel van hun vooropleiding is. Er worden regelmatig vierdaagse cursussen georganiseerd in Nederland, die de basis vormen voor het leren van DIT. In DIT opgeleide therapeuten, die de hele route hebben doorlopen, kunnen desgewenst lid worden van de Nederlandse Vereniging voor Psychoanalytische Psychotherapie. Het DIT register van de NVPP heeft als één van de belangrijkste functies het certificeren en bewaken van de kwaliteit van de beroepsuitoefening van de DIT-therapeuten. In Engeland is een soortgelijk register geopend onder de vlag van de British Psychoanalytic Council.

De achtergrond voor het ontwikkelen van DIT

DIT is gebaseerd op die psychodynamische benaderingen, waarvan de effectiviteit is aangetoond door middel van empirisch effectonderzoek. De theoretische ondergrond van het behandelmodel bestaat uit de gehechtheidstheorie, de objectrelatietheorie, Mentalisation Based Treatment en de interpersoonlijke psychoanalyse van H. S. Sullivan. DIT is in eerste instantie bedoeld voor de behandeling van angstklachten en depressieve stoornissen. Zie ook: Delfstra, G. (2011). Dynamische Interpersoonlijke Therapie (DIT). Een

kortdurend alternatief voor de behandeling van angst- en stemmingsklachten. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 37, 259-27

Evidence voor DIT bij stemmingsproblematiek

Naast de indirecte evidence voor de effectiviteit van DIT bij stemmingsproblematiek, op grond van de basis van DIT in evidence based deelinterventies en het competentieprofiel dat daaruit volgt, zijn er nog de volgende onderzoeken verricht:

Lemma, A., Target, M., Fonagy, P. (2011) The development of a brief psychodynamic intervention (Dynamic Interpersonal Therapy) and its application to depression: a pilot study. Psychiatry: Biological and Interpersonal Processes, 74 (1): 41-48.

Huidig onderzoek: zie <http://www.reedit.org.uk/>.

Verschillen tussen DIT en IPT

Dynamische Interpersoonlijke Therapie (DIT) en Interpersoonlijke Psychotherapie (IPT) hebben gemeenschappelijke kenmerken, maar het gaat niet om dezelfde therapie en de onderliggende competenties zijn heel verschillend.

IPT is geen psychodynamische therapie. Ondanks dat beide therapieën een duidelijk focus kennen en zich richten op interpersoonlijke problemen die verband houden met de klachten, waarmee de patiënt zich aanmeldt is de werkwijze heel verschillend. De IPT therapeut zal dit doen door de klachten van de patiënt te verbinden aan vier van te voren vastgestelde gebieden, waarop gefocust wordt.

DIT, daarentegen, werkt met iedere patiënt afzonderlijk een zich herhalend patroon uit, zelfs in groepstherapie. Het focus in het kader van een DIT therapie is dus iets van de patiënt, en het is deels onbewust en houdt direct verband met de klachten en symptomen van de patiënt. Bovendien gebruikt DIT heel expliciet de relatie tussen patiënt en therapeut als middel om aan de problematiek te werken, terwijl dat bij IPT niet het geval is.

De Nederlandse richtlijnen voor de psychotherapeutische behandeling van stemmingsklachten adviseren aandacht te schenken aan interpersoonlijke problematiek (IPT) en cognities (bijvoorbeeld CGT). In DIT komen beide aspecten voortdurend aan bod, doordat in de beginfase van de therapie een behandelfocus wordt geformuleerd, waarin aandacht is voor interpersoonlijke problematiek inclusief cognities met betrekking tot zelf, de ander, de interactie tussen de patiënt en zijn omgeving en de daarmee gepaard gaande affecten.

Evidence voor DIT bij Somatisch Onverklaarde Lichamelijke Klachten

In Nederland is sinds 2010 een behandelmodel ontwikkeld voor de behandeling van patiënten met (onvoldoende) verklaarde Lichamelijke Klachten. Dit model is omschreven in het volgende artikel:

Delfstra, G. & Van Rooij, W. (2015). *Dynamic Interpersonal Therapy (DIT): Its Application in the treatment of Medically Unexplained Somatic Symptoms*. In: *Psychoanalytic Psychotherapy*, 29-2, p. 171- 181.

Er is een equivalentie-onderzoek uitgevoerd, waarbij de effectiviteit van de behandeling op basis van DIT van patiënten met SOLK is vergeleken met de behandeling op basis van een cognitief-gedragstherapeutische aanpak.

Selders, M., Visser, R., Van Rooij, W. & Delfstra, G., & Koelen, J. (2015). *The Development of a Brief Group Intervention (Dynamic Interpersonal Therapy) in a Day Hospital Treatment Program for Patients with Medically Unexplained Somatic Symptoms: a Pilot Study*. In: *Psychoanalytic Psychotherapy*, 29-2, p. 182-198.

DIT bij Persoonlijkheidsproblematiek

Eveneens sinds 2010 is een model ontwikkeld voor de behandeling van persoonlijkheidsproblematiek. Een DIT behandeling voor deze patiënten kan het best worden gezien als een op Mentalization Based Treatment gebaseerde, focale behandeling van persoonlijkheidsproblematiek.

Het model wordt momenteel omschreven door G. Delfstra, E. Beijer en C. van der Veer, groepstherapeuten, opleiders NVGP. Een presentatie is gehouden op de jaarlijkse studiedag van de NVGP in 2014. In 2016 zal onderzoek worden opgestart naar de effectiviteit van deze behandelingen.

Indicatiegebied, format, aantal sessies voor DIT

| Indicatie | Individueel/ groep | Aantal sessies | DSM-IV TR categorieën | |
|---|-----------------------|----------------|--|--|
| Stemmingsstoornissen (licht, matig) | Individueel | 16 | 296.2x 300.4 311 | |
| Angststoornissen | Individueel | 16 | 300.01, 300.21 300.23 308.3 300.02 300.00 | |
| Somatisch onverklaarde Lichamelijke Klachten | Individueel | 16 | 300.81 307.80 307.89 | |
| Somatisch Onverklaarde Lichamelijke Klachten | Groep | 20 | 307.80 307.89 300.81 | |

| | | | | |
|---|--------------------------|----|---|--|
| | | | | |
| Somatisch Onverklaarde Lichamelijke Klachten (matig tot ernstig) | Groep, multidisciplinair | 20 | 307.80 307.89 300.81 | 20 sessies met voortraject. Eventueel 24 zonder voortraject |
| Persoonlijheidsproblematiek | Individueel | 40 | 301.81 301.82 301.6 301.4 301.9 301.83 301.5 301 | poliklinisch |
| Persoonlijheidsproblematiek | Groep | 40 | Idem | poliklinisch |
| Persoonlijheidsproblematiek | Groep, multidisciplinair | 40 | Idem | deeltijdprogramma |

Literatuur

Bateman, A. & Fonagy, P. (2006) *Mentalisation-based Treatment for Borderline Personality Disorder*. Oxford: Oxford University Press

Bateman, A, Brown, D and Pedder, J. (2000) *Introduction to Psychotherapy: An outline of psychodynamic principles and practice*. (3rd edition) London: Routledge

Delfstra, G. (2011). *Dynamische Interpersoonlijke Therapie (DIT). Een kortdurend alternatief voor de behandeling van angst- en stemmingsklachten*. Tijdschrift voor Psychotherapie, 37, 259-274

Delfstra, G. (2012). *Dynamische Interpersoonlijke Therapie: een veelbelovend psychoanalytisch alternatief voor de behandeling van angst, stemmingsklachten en onverklaarde lichamelijke klachten*. In: Dil, L.M. e.a., eds. *Psychoanalytische therapie en het onbewuste*. Assen, Van Gorcum

Delfstra, G. & Van Rooij, W. (2015). Dynamic Interpersonal Therapy (DIT): Its Application in the treatment of Medically Unexplained Somatic Symptoms. In: Psychoanalytic Psychotherapy, 29-2, p. 171- 181.

Delfstra, G., Visser, R. & Van Rooij, W (submitted). Dynamic Interpersonal Therapy (DIT): Its application in the treatment of Medically Unexplained Somatic Symptoms

Fonagy, P. (2001) Attachment Theory and Psychoanalysis. London: Karnac

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, G., & Target, M. (2002). Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self. (London: Other Press)

Fonagy, P. (2010). The changing shape of clinical practice: A comprehensive narrative review. Psychoanalytic Psychotherapy, 24(1)

Gelman, T., McKay, A., Marks, L. (2010). Dynamic Interpersonal Therapy: Providing a focus for time-limited psychodynamic work within the NHS, Psychoanalytic Psychotherapy: Applications, Theory and Research, 24(4): 347-361

Gomez, L. (1997) An Introduction to Object Relations. London: Free Association Books

Greenson, R. R. (1967) The technique and practice of psychoanalysis Vol. I. New York: International Universities Press

Kernberg, O. (1985). Internal World and External Reality: Object Relations Theory Applied. New York: Aronson

Lemma, A., Target, M., Fonagy, P. (2011) Brief Dynamic Interpersonal Therapy. Oxford: OUP

Lemma, A. (2003) Introduction to the Practice of Psychoanalytic Psychotherapy. Chichester: Wiley

Lemma, A., Roth, A., Pilling, S. (2008) The competences required to deliver effective psychoanalytic/ psychodynamic therapy.

Lemma, A., Target, M., Fonagy, P. (2011) The development of a brief psychodynamic intervention (Dynamic Interpersonal Therapy) and its application to depression: a pilot study. In: Psychiatry: Biological and Interpersonal Processes, 74 (1): 41-48

Lemma, A., Target, M., Fonagy, P. (2010) The Development of a Brief Psychodynamic Protocol for Depression: Dynamic Interpersonal Therapy. Psychoanalytic Psychotherapy: Applications, Theory and Research, 24(4): 329-346

Luyten, P., Fonagy, P., Lemma, A., Target, M. (in press) Mentalising and depression. In: A. Bateman and P. Fonagy (eds.) Mentalising in Mental Health Practice. Washington: APA

Ogden, T.H. (1992). The Primitive Edge of Experience. London: Karnac

Perry, H.S. (1982) *Psychiatrist of America: The Life of Harry Stack Sullivan*. New York: Norton

Selders, M., Visser, R., Van Rooij, W. & Delfstra, G., & Koelen, J. (2015). The Development of a Brief Group Intervention (Dynamic Interpersonal Therapy) in a Day Hospital Treatment Program for Patients with Medically Unexplained Somatic Symptoms: a Pilot Study. In: *Psychoanalytic Psychotherapy*, 29-2, p. 182-198.