

De meerwaarde van systeemtherapie

In het kort | Systeemtherapie is het vak van relatie- en gezinstherapeuten die systemisch kijken, werken en behandelen. Zij bekijken de klacht van een cliënt niet als losstaand probleem, maar in de complexe samenhang van zijn of haar systeem (bijvoorbeeld het gezin). Er is een groeiende vraag naar systeemtherapie: de systeemgerichte benadering staat weer nadrukkelijk op de agenda. In veel gevallen wordt systeemtherapie echter niet vergoed.

In de praktijk | Een gezinstherapeut vertelt: “Anne (9 jaar) wordt door de huisarts naar onze praktijk verwezen. Zij is somber en heeft tegen de juf op school gezegd dat ze dood wil. In een gesprek met de ouders blijkt dat Anne thuis vaak ruzie uitlokt, vooral met haar vader. We besluiten in gesprek te gaan met het gezin: vader, moeder, Anne en een jonger broertje. Tijdens het eerste gesprek vraagt het jongere broertje het woord. Hij vertelt dat vader hem voortrekt. Anne heeft het altijd gedaan. Vader geeft na enig aarzelen toe dat hij wel vaak boos is op Anne, dat ze hem irriteert. In gesprek met moeder en de therapeut komt naar voren dat vader de spanningen op zijn werk afreageert op Anne, die, zo zegt zij, zenuwachtig wordt van vader en dan stomme dingen doet. Na zes gesprekken door een ervaren gezinstherapeut met het gezin waren de problemen verholpen en konden vader en dochter bouwen aan een goede verstandhouding.”



De systeemtherapeut | Systeemtherapie is een vak waarvoor specifieke kennis, ervaring en competenties nodig zijn. Het komt dan ook niet in de plaats van individuele therapie. Beiden hebben hun meerwaarde en kunnen elkaar versterken. Een gediplomeerd en geregistreerd systeemtherapeut heeft een opleiding systeemtherapie volgens de richtlijnen van de NVRG afgerond.



kennis



ervaring



expertise

De meerwaarde van systeemtherapie | Het onderzoeksrapport* toont aan dat een gecombineerde aanpak van systeemtherapie en individuele therapie grote voordelen heeft:

1. **De effectiviteit** van de behandeling wordt versterkt doordat de oorzaak van de problemen wordt aangepakt en patronen worden doorbroken. Het risico op terugkeer of verergering van klachten wordt kleiner. Zo wordt voorkomen dat in een latere fase zwaardere, en dus duurdere zorg moet worden ingezet.
2. **De duurzaamheid** wordt vergroot doordat gezinsleden elkaar beter leren begrijpen en ondersteunen. De kans dat het effect van de therapie blijvend is, neemt hierdoor toe.
3. **De doelmatigheid** van de behandeling verbetert doordat alle betrokken gezinsleden worden ondersteund. Problemen van het ene gezinslid, zoals klachten van psychosociale aard of een depressie, hebben effect op het hele gezin. Door inzet van systeemtherapie worden ook de andere leden van het gezin geholpen.

Uit drie onderzochte casussen blijkt dat de inzet van systeemtherapie zorgkosten bespaart en toekomstige zorgvragen voorkomt. De besparing kan oplopen tot duizenden euro's per gezin. Dit is alleen de besparing van zorgkosten. Wanneer ook de maatschappelijke kosten worden meegenomen (denk aan scheiding, schooluitval, opname in een zorginstelling) is de potentiële besparing (nog) groter.

De casussen gaan over gezinnen die te maken hebben met bijvoorbeeld lichamelijke en psychische aandoeningen, relatieproblemen en/of opvoedingsproblematiek. De kostenbesparing is berekend per casus. Op landelijk niveau is door de inzet van systeemtherapie een veel grotere besparing op zorgkosten mogelijk.

Op dit moment wordt de inzet van (gediplomeerde en geregistreerde) relatie- en gezinstherapeuten niet vergoed in de basisverzekering. Wanneer de vergoedingsmogelijkheden worden uitgebreid, kunnen de gepresenteerde resultaten op veel grotere schaal worden gerealiseerd.

*Dit factsheet is ontwikkeld door Bureau HHM in opdracht van de NVRG. Wilt u na het lezen van dit factsheet meer weten over systeemtherapie of de casussen? Lees dan het onderzoeksrapport 'De meerwaarde van systeemtherapie'.