

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@bua.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Psychedelics for mental health: new therapeutic pathways

Psychedelics for mental health: new therapeutic pathways

Symposium georganiseerd door Psychedelic Society Belgium (PSBE)
[Brussel, 9 november 2024]

Cinthe Lemmens

Reeds vroeg in de ochtend trek ik met Karine Van Tricht, klinisch psycholoog en systeemtherapeut, richting Brussel. Ja, het is zaterdag en ja, het is vroeg, maar we zijn er beiden helemaal klaar voor. We banen ons een weg door het drukke stadscentrum van Brussel, richting het congres van de Psychedelic Society Belgium (PSBE). PSBE is een groep die ijvert voor een legaal kader in België voor het werken met psychedelica zoals MDMA, ketamine en psilocybine. Karine is intussen mijn vaste partner geworden als het gaat over congressen en boekbesprekingen die te maken hebben met psychedelica. We vormen een mooi duo: zij de voorzichtige, ik eerder roekeloos. Zij de kritische, ik de enthousiaste. Beiden zijn we echter wel nieuwsgierig naar de mogelijkheden die de therapeutische toepassingen van psychedelica kunnen bieden. Op de congressen en meetings zei Karine al eens lachend: 'Cinthe, ik denk dat ik hier de enige of een van de weinigen ben die nul ervaring heeft met deze middelen.' En ik denk dat ze weleens gelijk zou kunnen hebben.

De laatste tickets waren al ruim voor de start van het symposium de deur uit, en met meer dan tweehonderdtwintig aanwezigen is de dag al een succes voordat hij begon. Wie echter een symposium verwacht vol hippies en flowerpower, vergist zich schromelijk. Het dagprogramma begint met Laetitia Vanderijst, psycholoog en doctoraatsstudent aan de ULB, Université Libre de Bruxelles. Ze geeft ons een

inkijk in de historiek van het wetenschappelijk onderzoek naar psychedelica en de mogelijke toepassingen. Vanderijst vertelt over een jonge vrouw die veel leed door een zware depressie en na enkele suïcidepogingen binnen het kader van een onderzoeksprogramma psilocybine kreeg toegediend. In eerste instantie kon ze niet getuigen over essentiële verbetering van haar depressieve gevoelens. Dit veranderde echter toen ze in gesprek ging over de ervaring met haar moeder en zus. Het was bij deze vrouw dus niet zozeer de psychedelische ervaring zelf, als wel het gesprek erover met haar naasten dat voor verschil zorgde. Dit stemt tot nadenken wat betreft goede toepassingen van psychedelica in therapie. Is er hier toch een plek voor de systeemtherapeut die naasten kan betrekken bij psychedelisch ondersteunde therapieën? Vanderijst doet bovendien onderzoek naar de mogelijke therapeutische toepassing van psilocybine bij de behandeling van alcoholverslaving in het kader van haar doctoraatsstudie.

Dimitri De Bundel, dokter in de farmacologie en docent aan de VUB, Vrije Universiteit Brussel, neemt ons mee in een verhaal over hersenneurologie, de chemische werking van psychedelica. Er is al veel kennis over wat psychedelica in onze hersenen teweeg kunnen brengen, maar er is ook nog veel onontgonnen gebied. Hij brengt een fascinerend verhaal over serotonine, neurotransmitters en MAO-remmers, wat mijn hersenen zelfs zonder toegevoegde producten al wat aan het tolleren brengt.

Marc Van Steenkiste, psychiater en psychotherapeut bij Psychiatrisch Centrum Bethanië en Tripsyco, geeft een uiteenzetting over trauma. Hij werkt met een groep mensen die seksueel misbruikt werden. In zijn uiteenzetting vertelt hij over twee cliënten die aan een weekend deelnamen waar er in groepsverband een psychedeli-

sche sessie plaatsvond. Deze weekenden worden georganiseerd in Nederland waar er geen verbod is op het gebruik van psilocybine (truffels). De cliënten getuigen over nieuwe perspectieven ten aanzien van zichzelf en hun lijden. Ze beschrijven een transformatief en helend proces van betekenisgeving en heroriëntering. Ik vind de openheid van Van Steenkiste tegelijk verbazend en ook wel bewonderenswaardig. Hij is duidelijk overtuigd van de krachtige mogelijkheden die deze therapieën bieden. Bovendien ontbreekt het hem niet aan moed om hier ook over te spreken en te getuigen.

Marc Aixalà, psycholoog en psychotherapeut, werkzaam bij het ICEERS, International Center for Ethnobotanical Education, Research and Service in Barcelona, is een spreker die ik op het ICPR, Interdisciplinary Conference on Psychedelic Research, in Haarlem al aan het werk hoorde. Hij beschrijft de procedures bij het therapeutisch werken met psychedelica. Aixalà schreef een boek over 'psychedelische integratie' (Aixalà, 2022). Hij stelt hierin elf metaforen voor die kunnen helpen om ervaringen, opgedaan tijdens een psychedelische sessie, ten volle te kunnen benutten. Ook gaat het boek dieper in op het integreren van moeilijke, uitdagende ervaringen. Aixalà stelt in zijn uiteenzetting dat, ook al komt er een wettelijk medisch kader om therapeutisch te kunnen werken met psychedelica, er ook altijd vraag zal blijven bestaan naar het werk dat in de grijze zone gebeurt. Dit werk is niet per se illegaal, maar volgt niet altijd de medische procedures zoals die bijvoorbeeld in Australië of binnen onderzoekssettings worden toegepast.

Een ander boeiend onderzoek dat momenteel loopt, wordt uitgevoerd door Cisse Geleyn, psychiater van het Universitair Ziekenhuis Gent. Geleyn doet onder-

zoek naar de therapeutische toepassing van psilocybine bij patiënten met een langdurige depressie. In deze studie wordt de partner betrokken bij het therapeutisch proces. Studies waarin een partner of naaste betrokken wordt bij het therapieproces met psychedelica, zijn eerder zeldzaam. Zou het Gilbert Lemmens, hoofdopleider van de opleiding Relatie- en gezinstherapie aan de Universiteit Gent, zijn die hier een vinger in de pap heeft gehad? Ik vraag het me hardop af. Als systeemtherapeut ben ik erg nieuwsgierig naar de bevindingen van dit onderzoek. Ik denk dat het betrekken van naasten tijdens de voorbereiding en integratie van de psychedelische sessie de therapie en de effecten op lange termijn ten goede kunnen komen.

In de namiddag is er een panelgesprek met Marc Van Steenkiste, Felix Haver (psychiater van Universitair Verplegingscentrum Brugmann), Nina Callens (psycholoog en seksuoloog, Eremia) en Marc Aixalà. De besproken vragen werden gesprokkeld onder het publiek. Het is boeiend om getuige te zijn van de discussies en de nieuwe ontwikkelingen die ook impact kunnen hebben op ons werkveld van de systeemtherapie. We zitten in de fase van onderzoek, maar ook al een beetje in de fase van het pionierswerk. Net zoals bij de Macy-conferenties een transcontextuele dialoog werd gevoerd over bijvoorbeeld bewustzijn en klimaat, gebeurt dat hier opnieuw. Tijdens de Macy-conferenties (1941-1960) kwamen de aanwezigen uit uiteenlopende academische achtergronden samen om een maatschappelijk vraagstuk vanuit verschillende contexten te onderzoeken. Er zijn antropologen die vragen stellen over het ethisch omgaan met de kennis over psychedelica die verkregen werd van inheemse volkeren. Zij hebben vaak een traditie hierin. Hoe kun-

nen we ervoor zorgen dat er geen nieuwe vorm van kolonialisme ontstaat? Er zijn de mensen uit de farma-industrie die zich vragen stellen over productie en verdeling. Er zijn psychiaters en farmacologen die chemische en neurobiologische processen onderzoeken. Er zijn de verpleegkundigen die mensen in de palliatieve fase begeleiden, waar psychedelica ook een rol zouden kunnen spelen bij existentiële angst. En er is vooral een heel groot aantal psychotherapeuten en psychologen, die nieuwsgierig, soms enthousiast, soms kritisch geïnteresseerd zijn in deze nieuwe ontwikkelingen.

Naar mijn aanvoelen was het een boeiend symposium. Het was interessant een overzicht te krijgen van lopende onderzoeken in België, inspirerende sprekers aan het woord te horen en samen met collega's te kunnen spreken over deze nieuwe ontwikkelingen en wat dit voor ons werkveld kan betekenen. Als systeemtherapeut vind ik het belangrijk om op de hoogte te blijven van deze ontwikkelingen. Meer nog

vind ik het nodig dat we onze stem laten horen zodat de systemische kijk en het werken met naasten kan meegenomen worden, zeker in deze fase van onderzoek en pionierswerk. Fijn is het ook om er collega-systeemtherapeuten te ontmoeten met wie hier samen over gesproken kon worden. Het is steeds weer een bijzonder moment: 'Oh, ben jij hier ook, dus...'

Volgend jaar zien ze me hier alvast terug.

Cinthe Lemmens is systeemtherapeut bij Traject, medeoprichter van Metaloog, kennisnetwerk voor systeempraktijken, en werkend lid van PSBE, Psychedelic Society Belgium. E-mail: cinthe@praktijk-traject.be

Referentie

Aixalà, M. (2022). *Psychedelic Integration – Psychotherapy for non-ordinary states of consciousness*. Synergetic Press.

<https://doi.org/10.5553/ST/092436312025037001010>