

Werkzame elementen en werkingsmechanismen

Er wordt vaak gevraagd aan vaktherapeuten of de ‘werking’ van vaktherapie aangetoond is. Maar waar hebben we het dan over? Gaat het om het *effect* van vaktherapie, om het *resultaat* dat bereikt wordt? Of gaat het om de *manier* waarop vaktherapie haar doel bereikt? *Hoe* vaktherapie werkt? Welke processen spelen een rol bij de cliënt? Of gaat het om *wat* er werkzaam is in de therapie (Abbing, A., Schweizer, C., & Van Hooren, S. 2025)?

Wanneer de veronderstelde werkingsmechanismen van vaktherapie door onderzoek expliciet worden gemaakt en daardoor de werkzaamheid beter kan worden begrepen, zal het voor therapeuten ook eenvoudiger worden om beter te beoordelen of een interventie geschikt is voor een specifieke patiënt of situatie (Abbing, A., Schweizer, C., & Van Hooren, S. 2025).

Verheldering van de verschillen tussen werkingsmechanismen, werkzame elementen en effecten.

Een **werkzaam element** (of combinatie van elementen) kan een bepaald **mechanisme** in gang zetten (in de client) waardoor een **effect** tot stand komt.

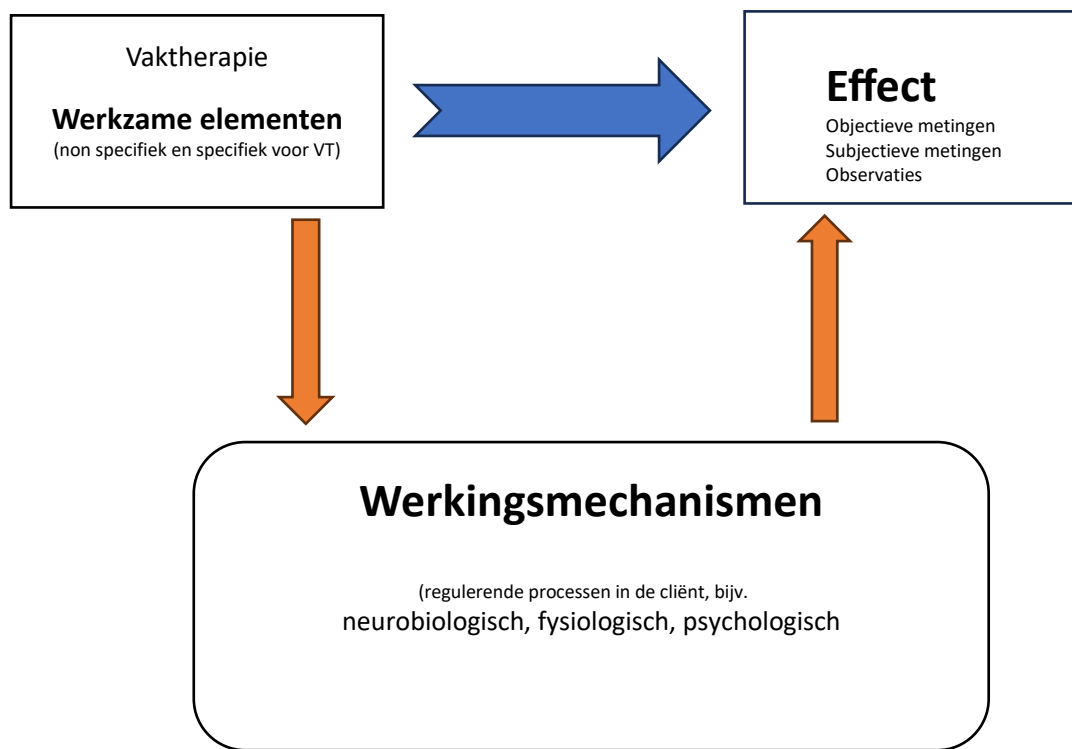
Werkzaam element (*active element*) is een waarneembaar element of onderdeel dat op een bepaalde manier door de therapeut in de interventie wordt toegepast en leidt tot een effect (Abbing et al., 2023, 2025). Een voorbeeld is b.v. creatieve expressie tijdens beeldende therapie (bijv. Haeyen et al., 2018), improvisatie tijdens de muziektherapie (bijv. Aalbers et al., 2019), of rolwissels tijdens dramatherapie (bijv. Orkibi et al., 2019).

Werkingsmechanisme (*mechanism of action*): is een beschrijving van hoe de therapie ervoor zorgt dat een effect bij de cliënt tot stand komt (Zorginstituut Nederland, 2016; Abbing et al., 2023; 2025); Beschrijving van het werkingsmechanisme vereist 1) theorie over hoe klachten ontstaan of in stand worden gehouden, 2) een theorie over hoe therapie zou kunnen leiden tot verandering van symptomen en 3) onderbouwing van de relatie tussen die twee (Van Hooren et al., 2021).

Een voorbeeld is b.v. Arousalregulatie: wanneer een muziektherapeut binnen een sessie het tempo van de muziek varieert en daarmee arousal reguleert waardoor de cliënt rustiger wordt of juist wordt geactiveerd (Van Hooren, S. 2024).

Effect het resultaat van een interventie. Het effect wordt gemeten via uitkomstmaten die op verschillende manieren inzichtelijk kunnen worden gemaakt (Abbing et al. 2023):

- Objectieve metingen, zoals bijvoorbeeld psychofysiologische uitkomstmaten en cognitieve tests.
- Subjectieve metingen, zoals gevalideerde vragenlijsten in te vullen door de persoon zelf of een derde. Ook met cliënteninterviews, met vooraf vastgestelde topics, gerelateerd aan problematiek, kunnen effecten in kaart worden gebracht.
- Observaties, van gedrag of vaktherapeutisch product.



Visuele weergave van de samenhang tussen de begrippen 'werkzame elementen', 'werkingsmechanismen' en 'effecten'.

In het figuur is te zien dat een vaktherapeutische interventie werkzame elementen bevat die een effect tot stand kunnen brengen. Een (goede) combinatie van werkzame elementen maakt de interventie effectief. Dit kunnen zowel non-specifieke als specifieke werkzame elementen zijn. Een werkzaam element (of combinatie van elementen) kan een bepaald mechanisme in gang zetten (in de cliënt) waardoor een effect tot stand komt.

Voorbeeld om het onderscheid en de samenhang tussen de begrippen te verduidelijken. Door het werken met de tast (=werkzaam element), kan het reguleren van lichaamswaarneming en -bewustzijn worden geactiveerd (=werkingsmechanisme). Dit houdt in dat men prikkels uit het eigen lichaam kan waarnemen en zich hiervan bewust wordt. Bij patiënten met angststoornissen kan er een overdreven reactie zijn op deze prikkels of juist een afsplitsing ervan (dissociatie). Het inzetten van de tastzin door het gebruik van bijvoorbeeld klei kan deze reacties beïnvloeden, waardoor patiënten beter in contact komen met hun lichaam en lichaamsgevoel. Dit kan leiden tot angstvermindering (=effect) (Abbing et al., 2019; Kreijen & Abbing, 2024).