

Dr. Beata J. Bakker-de Pree, *Constructionele gedragstherapie. Theoretische fundering en praktische realisering*. Nijmegen: Dekker en Van de Vegt, 1987, 251 p., f 55,-.

In de inleiding beschrijft de auteur de structuur van haar boek. Zij formuleert er ook haar uitgangspunten en definieert de termen 'gedragstherapie' en 'constructionele therapie'. Deze uitgangspunten zullen wij hieronder beschouwen. 'Gedragstherapie' vervangt zij door 'analyse van doen en laten'. Dit betekent een verruiming van het klassieke observeren van het effectief uitgevoerde gedrag of 'doen'. Het is de taak van de therapeut te onderzoeken wat de patiënt in zijn functioneren en in de therapeutische relatie vermijdt, nalaat en welke aspecten uit de omgeving zijn doen en laten beïnvloeden. Dit uitgangspunt

deed me denken aan een artikel van David Rapaport (zie literatuuropgave). Hierin beschrijft hij dat passief zijn en dingen laten veel psychische energie vergt. 'Doen en laten' onderstreept ook het belang van het proces, de interactie, de handeling die verloopt in de tijd, als onderwerp van een behavioristische analyse. Dit in tegenstelling met statische begrippen als 'gedrag', 'emotie', 'cognitie'. De aandacht gaat naar de dynamiek van de invloed van stimuli (situaties, belevingen, voorstellingen) op het functioneren.

'Constructionele gedragstherapie' benadrukt een holistische visie. Hierin worden klachten geplaatst binnen het totale functioneren van de patiënt. In de praktijk zal de therapeut zelfs starten met de analyse van het niet-problematische functioneren, vooraleer in te gaan op de klachten zelf. In deze functioneringsanalyse plaatst de therapeut de klachten van de patiënt in de context van de globale interactie met de omgeving. In deze optiek kan een behandeling pas starten als de samenhang tussen klachten en niet-problematisch functioneren duidelijk in kaart is gebracht. Neurotische klachten definieert de auteur als eenzijdig functioneren. Het beschrijven van deze eenzijdigheid, de systematische analyse ervan in de technische termen van de conditionering, en de behandeling vormen de kern van dit boek. In een ander uitgangspunt relateert Bakker-de Pree de inhoud van hetgeen cliënten doen en laten tegenover de functie ervan. Dat eenzelfde gedrag, bijvoorbeeld met iemand praten op een receptie, zoveel verschillende betekenissen kan hebben die samenhangen met de functie van het gedrag, toont zij, op vaak humoristische wijze, aan in het theoretisch deel. Het komt me voor dat hier recht wordt gedaan aan de symbolisatie en de complexiteit van het menselijk functioneren. Hierdoor vermijdt men een al te eenvoudige analyse en een fragmentatie of arbitraire opsplitsing van een proces. Deze in de inleiding geformuleerde opties zijn de pijlers die het gehele boek schragen en geëxpliciteerd worden in het verder verloop.

Het boek bestaat uit drie delen. Het eerste theoretische deel plaatst onderzoeksgegevens over conditionering in het perspectief van het alledaagse menselijk bestaan. Het is een niet geringe verdienste van dit boek dat het de relevantie van experimentele gegevens vertaalt naar de klinische praktijk. Het eerste hoofdstuk gaat over de relevantie van de discussie over de verhouding tussen respondente (Pavloviaanse) en operante (Skinneriaanse) conditionering. Deze bespreking gebeurt tegen de achtergrond van het verschil tussen één experiment en de realiteit waarin het conditioneringsproces continu verloopt. Voor de auteur is een observatie van actuele pro-

cessen belangrijker dan gissingen over mogelijke conditioneringen in het verleden. De conditioneringsgeschiedenis komt op de tweede plaats ná het resultaat ervan, dat geobserveerd kan worden in het hier en nu. Naast de observatie van wat zich actueel voordoet, ligt de klemtoon op de verslaggeving door de persoon zelf van het actuele functioneren.

Waarom in de 'constructionele gedragstherapie' het begrip stimulusversterking de plaats inneemt van de term bekrachtiging van responsen, is het onderwerp van het tweede hoofdstuk. Ook op deze plaats koppelt de auteur haar argumentatie aan de alledaagse leefwereld, waarin een individu probeert zijn bestaan te verbeteren en zich passief en actief beschermt tegen de bedreiging van zijn ontwikkeling. Hierin wordt ook de rol van fantasie en voorstelling positief gewaardeerd. Dit is niet altijd het geval geweest in de gedragstherapie zoals bijvoorbeeld in de rationeel-emotieve therapie, waar fantasieën en emoties een storende rol wordt toebedeeld.

Het doen en laten in het menselijk bestaan heeft verschillende functies. Deze worden in het derde hoofdstuk beschreven: toenadering, ontsnapping, actieve vermijding, uitdoving, passieve vermijding. De auteur illustreert hoe een inhoudelijk identiek gedrag via conditionering functioneel kan gaan verschillen. Vanaf nu maakt de lezer ook kennis met de in het werk gebruikte symbolen en tekens, die de betekenis van de stimulus-operaties en -functies weergeven. De tekst blijft wel te begrijpen voor wie zich deze nieuwe codering nog eigen moet maken. Een verwijzing naar de rol van traumatische levenservaringen wordt hier aangekondigd in de paragraaf over de effecten van ontsnapbare en niet-ontsnapbare stimuli. De centrale rol die veiligheidssignalen of garantiesignalen spelen bij actieve vermijding is verhelderend uiteengezet. De onderzoeksliteratuur wordt kritisch bekeken in zover zij al of niet het onderscheid maakt tussen onnodige en ineffektieve actieve vermijding. Het is wat verwarrend in de paragraaf over 'uitdoving' deze eerst gedefinieerd te zien als het verdwijnen van responsen (p. 50) en nadien als het verdwijnen van responsiviteit (p. 51), waar de auteur toch duidelijk stelling neemt voor de laatste definitie. Klinisch belangrijk is het stuk waarin ervoor gewaarschuwd wordt gedrag dat voor iemand een beschermingsfunctie heeft, niet te snel te willen veranderen. Er is inderdaad heel wat experimentele evidentie die aantoont dat het verhinderen van ontsnapings- en actief vermijdingsgedrag een tegengesteld effect heeft, namelijk een toename van dat gedrag. De functioneringsanalyse dient gericht te zijn op het opsporen van de discriminatieve stimuli voor het gedrag van de

cliënt. Alhoewel de nadruk ligt op de analyse van het *actuele* functioneren, is de discriminatieve stimulus in zijn betekenis afhankelijk van de *conditioneringsgeschiedenis* van het individu (p. 62, 75, 80, 94). Speculatieve hypothesen omtrent vroegere oorzaken van pathologie zijn ondergeschikt aan de analyse van het huidige functioneren, of zelfs irrelevant met betrekking tot voorspellingen over de toekomst. Waar de auteur schrijft dat de verwachtingen van de cliënt een getrouwe weergave zijn van de realiteit, slaan we een andere richting in dan deze van de gedragstherapie die uitgaat van de irrationaliteit van het gedrag van de patiënt.

Het vierde hoofdstuk beschrijft het samenspel tussen de verschillende vormen van doen en laten. Het is de aanloop tot de constructie van een werkmodel in het volgende hoofdstuk. In dat model biedt de schrijfster een conditioneringstheoretische verklaring voor het ontstaan en voortbestaan van klachten en problemen in het functioneren, vanuit de scheefgetrokken verhoudingen tussen de verschillende vormen van 'doen en laten'. Even duikt Descartes op wanneer de auteur het belang onderkent van lichamelijke ontwikkelingsprocessen, maar zij beschouwt ze als los van de omgeving (p. 80). Is natuurlijke responsdifferentiatie wel zo volledig tegengesteld aan een conditionering? Naar ons gevoel verdient de ontwikkelingspsychologie wel degelijk een ruimere plaats in de leertheorie.

De auteur werkt haar stelling uit dat de invloed van stimuli belangrijker is in de conditioneringstheorie dan 'versterking'. Het begrip 'zelfversterking' uit de onderzoeksliteratuur wordt kritisch besproken. De invloed van 'onbeantwoordbare' stimuli op de gedragsontregeling is zeker voor de praktijk belangrijk. Het Leitmotiv van het verschil tussen het laboratorium en de alledaagse realiteit vindt ook zijn uitdrukking in de stelling dat de gedragsstroom van het individu geen 'lege' momenten kent, en dat we onophoudelijk selecteren tussen een grote hoeveelheid stimuli.

De kern van dit boek is het korte hoofdstuk vijf. De begrippen functionering, dysfunctionering en klacht worden gedefinieerd in een conditioneringstheoretisch en constructioneel perspectief en geplaatst in de theorie van de dominante actieve vermijding. De auteur toont aan hoe bij invaliderende situaties (bijvoorbeeld een trauma) het functioneren eenzijdig-beschermd wordt, terwijl, als deze eenzijdige verdediging faalt, een derde laag klachten gesitueerd kan worden. De analyse van het eenzijdige functioneren laat zien hoe dit in functie staat van de traumatiserende situatie. Daarom is deze analyse eerder aan de orde dan het onderzoek van de klachten. De klachten verwijzen immers niet rechtstreeks naar

de traumatiserende situatie, maar zijn het gevolg van een falende verdediging tegen deze situatie. In de beschrijving van het dominant vermijdingsfunctioneren worden we herinnerd aan het belang van de voorspelbaarheid van de omgeving, die onder andere Seligman ook beschreef, en de impact van hetgeen onafhankelijk van het gedrag van het individu gebeurt.

Het tweede deel is het doortrekken van de theorie naar de praktijk. Dit deel leest uiteraard vlotter. Hoe te werk gegaan kan worden bij de functioneringsanalyse en vooral hoe de discriminatieve en invaliderende stimuli die het doen en laten van de patiënten beïnvloeden opgespoord kunnen worden, is het onderwerp van het zesde hoofdstuk. Vooral het zicht krijgen op het gedrag dat gelaten/vermeden werd vergt een aparte attitude van de therapeut. B. Bakker-de Pree kiest voor een flexibele, op de individuele cliënt afgestemde diagnostiek, waarin gerapporteerde zelfobservaties een centrale plaats krijgen. In dit kader laat zij wat voor deze bepaalde behandeling relevant en valide is voorgaan boven wat in het algemeen, psychometrisch valide is. De belevingen zijn als het ware de subjectieve kant van hetgeen de therapeut als stimulus operaties of functies van het 'doen en laten' beschrijft. Via contrastvragen als: 'Stel dat u dit niet/wel gedaan had, wat zou er dan gebeurd zijn?' kan de functionele betekenis van zowel doen als laten duidelijk worden. Ons gedrag komt tot stand op basis van verwachtingen die het resultaat zijn van een conditioneringsgeschiedenis, en niet op basis van een rationele beslissing over de mogelijke gevolgen. Vandaar het onderscheid tussen verwacht en feitelijk resultaat van een handeling en het respect voor het irrationele element in het functioneren.

De twee gevalsbeschrijvingen in het volgende hoofdstuk nemen de lezer mee naar de praktijk van de therapie. De auteur is geen voorstander van uitleg aan de cliënt over de ratio van de methode die gebruikt wordt: het model en de werkwijze zijn er voor de therapeut en de patiënt is gebaat met door hemzelf verworven *inzicht*.

Het derde en laatste deel gaat over de specifieke kenmerken van de constructionele gedragstherapie. Uit haar opvatting over het primaat van de functioneringsanalyse boven de klachtenanalyse weten we al dat de auteur kiest voor een cliënt-specifieke behandeling en niet voor een klachten-specifieke procedure. In de bespreking van 'aanleren versus afleren' opteert zij voor het doen toenemen van adequaat toenaderings- en ontsnapingsgedrag, eerder dan voor een reductie van actief vermijdingsgedrag. Haar methoden zoals 'discriminatie training' en 'vrije differentiatie' zijn erop gericht de mogelijkheden van de patiënt te verruimen door hem in de therapeutische

situatie te laten ontdekken hoe het anders kan dan actief of passief situaties te vermijden. Het laatste hoofdstuk handelt over de cliënt en de therapeut in de therapiesituatie. Hierin wordt onderzocht hoe de basis gelegd kan worden opdat in de eerste plaats *hier*, in de therapiesituatie, een leerproces op gang zou kunnen komen. Elke therapeutische stap moet afgestemd worden op het actuele functioneren van de cliënt. Terecht onderstreept de auteur het belang van een *leerklimaat* in de therapie vooraleer een methode van behandeling geïntroduceerd wordt.

Vooraleer te besluiten een vraag: moet 'het in therapie gaan' niet ook opgenomen worden in de functioneringsanalyse? In de supervisie valt mij op hoe gemakkelijk men zich beperkt tot de functionele betekenis van klachten en gedragingen om er een diagnostische betekenis aan toe te kennen, en de positieve betekenis van het gedrag vergeet. Een voorbeeld kan dit illustreren. Iemand die zich met fobische klachten in een psychiatrische kliniek laat opnemen vertoont een gedrag dat twee (of meer) betekenissen tegelijk heeft. Enerzijds verenigt de patiënt bijvoorbeeld via zijn opname zijn gezin in de zorg om hem, hetgeen hij reeds zo dikwijls deed. Dit kan men zien als vermijdingsgedrag. Tegelijk kan het zich laten opnemen ook een positieve betekenis hebben: 'Nu wil ik aandacht voor mezelf'. In de optiek van de auteur lijkt nu vooral aandacht gegeven te zijn aan één functionele betekenis per geselecteerd gedragsaspect.

Na dit werk voor de tweede maal gelezen te hebben, blijft mijn indruk dezelfde: het gaat hier om een origineel en coherent werk, met een zeer rijke gedachteninhoud. Eerder dan een synthese van literatuurgegevens is het een persoonlijke visie, waarin de gedragstherapie gekoppeld wordt aan de complexiteit van het alledaagse leven. Dezelfde basisstellingen komen als in een fuga terug en worden onderbouwd met experimentele en klinische bevindingen. Vanuit een klinische invalshoek gaat mijn waardering vooral uit naar de integratie van de experimentele gegevens en het therapeutisch proces. Het is te hopen dat dit werk een ruime bekendheid krijgt in ons taalgebied en ook daarbuiten. Het is een basiswerk voor de gedragstherapeutische opleiding en praktijk, een nieuw geluid.

B. Tilmans

Literatuur

Rapaport, D. en M. McGill (red.), *Some metapsychological considerations concerning activity and passivity*. In: *The Collected Papers of D. Rapaport*. New York: Basic Books, 1967, p. 530-569.

Emmet, Dorothy, *Function, Purpose and Powers. Some concepts in the study of individuals and societies*. Philadelphia: Temple University Press, 1972.

Richelle, M., *Tendances actuelles de l'analyse expérimentale du comportement: Réflexions à l'usage du Practicien*. 9^e Europees Congres gedragstherapie, Parijs, 1979.