

Gedragstherapie met een solide constructie

H. De Mey, Vakgroep Klinische Psychologie en Persoonlijke leer. KUN

Bakker-de Pree, B.J. (1987). *Constructionele gedragstherapie: Theoretische fundering en praktische realisering*. Nijmegen: Dekker & Van de Vegt.

In de loop der jaren zijn heel wat boeken verschenen over theorie en praktijk van de gedragstherapie. "Constructionele Gedragstherapie" van Beata Bakker-de Pree is een dergelijk boek, maar anders. Het is geen kookboek van technieken, het is geen theoretisch handboek, het is geen bundel praktijkvoorbeelden, maar een integratie van deze drie elementen in een behavioristisch wetenschapsfilosofisch kader. Het boek frappeert door de grondigheid van zijn inhoud en door de moed van de auteur om praktiserende gedragstherapeuten te confronteren met complexe theoretische analyses.

De constructionele benadering van functionele analyse en interventie in de gedragstherapie is oorspronkelijk ontwikkeld door Goldiamond cs. (1974). Deze benadering richt zich op het totale functioneren van de cliënt in plaats van primair op diens klachten. Constructionele gedragstherapie probeert de flexibiliteit van het gedrag en het aantal opties dat de cliënt ter beschikking heeft, te vergroten. Beata Bakker-de Pree werkt deze constructionele benadering verder uit. Haar streven is gericht op het op breder schaal bruikbaar maken van conditioneringstechnische onderzoeksresultaten in de constructioneel gedragstherapeutische praktijk.

Deel I van het boek begint met een overzicht van leertheoretische kennis, voornamelijk afkomstig uit dier-experimenteel onderzoek. Schrijfster acht deze kennis noodzakelijk om menselijk gedrag beter te kunnen begrijpen, voorspellen en beïnvloeden. In de uiteenzetting van deze kennis legt zij niet alleen een grote deskundigheid aan de dag, maar is zij ook in staat de vele afzonderlijke richtingen met elkaar te verbinden of te integreren. Aan bod komen onder andere de theorieën van Gray, Mowrer, Eysenck, Bolles, Ferster, Catania en Skinner.

Bij de bespreking van de samenhang tussen operante en klassieke (respondente) conditionering sluit schrijfster zich aan bij die theoretici die operant conditioneren interpreteren in termen van "stimulus-incentive" contingenties (cf. Bindra, Bolles, Gray, Mowrer). Sterker nog, ze beweert in het algemeen: "Een behavioristisch verklaringsmodel houdt het bij stimuluscontingenties die zich los van wat het individu doet, laten specificeren" (p. 140). Ze spreekt dan ook liever van "stimulusversterking" dan van "responsbekrachtiging." Niet het "gedrag" wordt beloond maar de stimuli, die dat gedrag uitlokken, worden versterkt. De produktie van gedrag door stimuli zou gehoorzamen aan de volgende regel: "In de wijze waarop het

individu stimuli beantwoordt, staat zijn bestaansbelang steeds centraal. Dit betekent dat hij in de interactie met zijn omgeving steeds bezig zal zijn met het zich afwenden, ofwel wegwerken van negatieve stimuli en het naar zich toehalen ofwel creëren van positieve stimuli" (p. 29).

Haar opvattingen over emoties, cognities, en belevingen zijn duidelijk: "Belevingen worden uitsluitend opgevat als indicaties van stimulus-operaties, en niet als indicatie ... van emotionele of cognitieve processen ... die zouden optreden tussen de S en de R." (p. 124). In dit verband vind ik het jammer dat zij Skinner's analyse van "rule-governed" verbaal gedrag (Skinner, 1969) niet in haar theoretische beschouwingen betreft.

In plaats van over "gedrag" spreekt schrijfster liever over "doen en laten". Los van het feit dat dit sympathieker in het gehoor ligt en iets meer nuance biedt, heeft zij hiervoor ook nog een theoretische argumentatie: "Laten" is volgens haar geen gedrag, maar de afwezigheid ervan. Zij verlaat hier het pad van theoretici zoals Skinner, Mowrer, e.a., die de afwezigheid van gedrag zien als gedrag dat de plaats inneemt van het "aanwezige" gedrag.

Het hoofdstuk over doen en laten in termen van conditionering vind ik didactisch gezien het minst geslaagde hoofdstuk. Een reeks van ingewikkelde symbolen met hun betekenis worden in een tabel gepresenteerd, zonder verdere toelichting. Vervolgens worden ze in de context van de rest van het hoofdstuk toegepast en worden zelfs nieuwe symbolen toegevoegd. Wie nooit eerder met deze symbolen heeft gewerkt (en ik schat dit aantal op 99 procent van alle gedragstherapeuten), zal er een zware dobber aan hebben. Bovendien wordt teveel detaillistisch onderzoek vermengd tussen de bespreking van de hoofdlijnen, die daardoor moeilijk te onderscheiden zijn. Het is daarom een zwaar hoofdstuk. Een wat meer stapsgewijze opbouw zou welkom zijn geweest. Of misschien is een "primer" als inleiding op het gehele boek een nog beter idee?

De auteur onderscheidt drie vormen van "doen", namelijk toenadering, ontsnapping, en vermijding en twee vormen van "laten", namelijk uitdoving en passieve vermijding. Aan deze vormen van doen en laten kan een functie worden toegekend in het menselijk bestaan: Zo vervult toenadering een verrijdingsfunctie, ontsnapping een bevrijdingsfunctie, en actieve vermijding een beschermingsfunctie. Wat betreft het "laten" vervult uitdoving een energiebesparingsfunctie terwijl passieve vermijding een beschermingsfunctie wordt toegekend, overeenkomend met die van actieve vermijding. De analyse van deze functies van gedrag en de rol die zij spelen in de totale functioneren van de cliënt, noemt zij "functioneringsanalyse", niet te verwarren met "functie-analyse" of "functionele analyse."

Centraal in dit boek staat het hoofdstuk waarin zij de theorie lanceert van de dominante actieve vermijding. In essentie komt deze theorie erop neer dat iedere neuroticus

in feite constant bezig is met het actief vermijden van iets wat voor hem/haar een heel aversieve betekenis heeft. Dat iets noemt zij de invaliderende stimulus, "een krachtige, niet-ontsnapbare en evenmin vanzelf verdwijnende, negatieve sociale stimulus, die tot elke prijs vermeden wordt" (p. 120). Dit leidt dan weer tot neurotische klachten die dus in feite voortvloeien uit het specifiek eenzijdig functioneren van de neuroticus. De therapie dient zich dan ook niet te richten op de aanpak van de klachten, maar op het herstel van het totale functioneren van de cliënt.

Conditioneringstheoretisch wordt actieve vermijding opgevat als een combinatie van ontsnapping en toenadering. Actieve vermijding wordt versterkt door positieve stimuli die het uitblijven van een negatieve stimulus garanderen. Die positieve stimuli worden "garantiestimuli" genoemd. Garantiestimuli kondigen aan wat er gedaan moet worden om de invaliderende stimuli te vermijden.

Wie denkt na het lezen van Deel 1 over theorieën het zwaarste deel te hebben gehad, ondervindt al snel dat Deel 2 en Deel 3 geen soelaas bieden, ook al gaan ze resp. over diagnose en therapie in de praktijk. In een van de hoofdstukken verkondigt schrijfster de opvatting dat bijstellen van de functionele analyse tijdens de therapie uitgesloten moet worden. Dit komt neer op een "testen" van de validiteit van de functionele analyse vooraf. Deze opvatting is onder andere beschreven door Shapiro, Weiss, en Turkat c.s. (in Nelson & Hayes, 1986). Nelson en Hayes merken hierover op dat "research is needed to ascertain if treatment based on tested functional analyses is consistently more effective than treatment based on hypothesized functional analyses" (p. 32). Zelf meen ik dat het een kunstmatig onderscheid is, en dat zeker in de praktijk geen duidelijke grenzen te trekken zijn. Toetsing veronderstelt hypothesen vooraf, en sommige hypothesen kan men alleen maar testen in de behandelingspraktijk vanwege hun situatie-gebondenheid.

Naar de praktijkkant toe komt zij met de volgende relatief nieuwe technieken: (1) het stellen van contrastvragen i.p.v. waarom vragen, (2) aanleren als het doen toenemen van de kracht van stimuli, i.p.v. het direct bekrachtigen van responsen, (3) discriminatietraining, en (4) vrije differentiatie. Verwarrend is hier dat de termen discriminatie en differentiatie anders worden gedefinieerd dan gewoonlijk binnen de operante leertheorie (en het begin van haar eigen boek) het geval is.

Constructionele gedragstherapieën duren gemiddeld 2,5 jaar. De nadruk op het totale functioneren i.p.v. op het specifieke klachtgedrag is daar ongetwijfeld mede debet aan. Hiermee komt de gedragstherapie al een aardig eind in de richting van het psychoanalytische tijdsperspectief . . .

Schrijfster gebruikt onder andere de term "conditioneren." Volgens mij is dat niet opportuun. Immers de Zeitgeist vereenzelvt dit soort terminologie met Watsoni-

aans behaviorisme en met het dresseren van dieren. Toch is de terminologie zeker niet overal conditioneringstechnisch. Zo wordt de essentie van de constructionele gedragstherapie samengevat als: "Het versterken van de ontbrekende verrijks- en bevrijdingsfunctie in het doen van de cliënt waardoor zijn totale functionering veelzijdiger wordt en de kans op dysfunctioneringsmomenten geringer zodat klachten verdwijnen (p. 203)." De doelstellingen worden in ieder geval op humanistische wijze geformuleerd. De middelen zijn voorlopig nog conditioneringsgevoelig.

Mijn slotconclusie: Voor de theoretisch gearde praktijkmensen een boek om de vingers bij af te likken, ook al is er een gevaar daarbij de tanden stuk te bijten op de nogal compacte en rijkgeschakeerde presentatie van leertheoretische kennis.

Literatuur

- De Mey, H. (1988). Het begrip contingentie. *Gedragstherapie*, 3, 217-243.
- Goldiamond, I. (1974). Toward a constructional approach to social problems: Ethical and constitutional issues raised by applied behavioral analysis. *Behaviorism*, 2, 1-85.
- Nelson, R.O & Hayes, S.C. (Eds.). (1986). *Conceptual foundations of behavioral assessment*. New York: Guilford Press.
- Skinner, B.F. (1969). *Contingencies of reinforcement: A theoretical analysis*. New York: Appleton.

Open universiteitsserie over ziekte en gezondheid

A.J.J.M. Vingerhoets, Vakgroep Medische Psychologie/ Instituut voor Extramuraal Geneeskundig Onderzoek, Faculteit der Geneeskunde, Vrije Universiteit Amsterdam

Serie Ziekte en Gezondheid van de Engelse Open Universiteit. *Deel 5: Birth to old age: Health in transition. Deel 6: Experiencing and explaining disease.*

Met 223 pagina's is deel 5 het meest uitgebreide uit de reeks. Het bevat 20 hoofdstukken waarin systematisch alle fases van ieders ontwikkeling aan bod komen. In het eerste hoofdstuk wordt uiteengezet welke drie thema's de uitgangspunten vormen voor de aangehouden lijn. Deze zijn: 1) het belang van levenslooptransities, d.w.z. die keerpunten in het leven van ieder van ons die als belangrijk worden ervaren door onszelf en tenminste voor een deel ook door de omgeving. Hierbij valt te denken aan geboorte, huwelijk, vader/moeder of opa/oma worden, etcetera; 2) de interactie van drie belangrijke invloeden op iemands gezondheidstoestand, nl.: de biologische toestand, de samenleving en de persoonlijke levensgeschiedenis. Hierbij valt te denken aan, onder andere, de verschillende betekenis die in verschillende culturen gehecht wordt aan puberteit, menstruatie, maar ook aan zaken als