

Cognitieve gedragstherapie bij autisme. Een praktisch behandelprogramma voor volwassenen

Door Bram Deeren*



Caroline SCHUURMAN

Cognitieve gedragstherapie bij autisme. Een praktisch behandelprogramma voor volwassenen

ISBN 978-90-797-2922-7

192 blz.

Hogrefe, 2010

Voor practici die in het werkveld voortdurend op zoek zijn naar bruikbare handvatten is elk werkboek dat gedetailleerd een aanpak beschrijft steeds meer dan welkom. Voor de begeleiding van volwassenen met autisme geldt dit evenzeer.

De auteur van het boek geeft vanuit eigen ervaringen een uitgewerkt beeld weer van een behandelprogramma in groep voor volwassenen met autisme. Daarbij gaat ze uit van het permanente karakter van ASS, maar focust ze zich op een aantal aspecten die met therapie kunnen worden beïnvloed, met name de psychosociale problemen, die we in zekere mate secundaire problematiek in verhouding tot de stoornis mogen noemen.

Daarbij hanteert de auteur de principes van de cognitieve gedragstherapie, die ze helder uiteenzet in het licht van de toepasbaarheid op de doelgroep: het programma stelt zichzelf tot doel klachten te verminderen enerzijds en copingvaardigheden en zelfacceptatie te bevorderen. Het programma wil daarenboven dat de deelnemers strategieën worden aangeleerd ter compensatie van functionele tekorten.

Vandaar dat de auteur vijf elementen vanuit het kader van CGT aanhaalt om een kader te scheppen voor de behandeling, met name het G-schema, affectieve educatie, psycho-educatie, stresshantering en copingvaardigheden.

De bijdrage van CGT aan het behandelprogramma voor mensen met autisme bestaat er met andere woorden in om met behulp van dat G-schema gebeurtenis, gedrag, gevolg, gedachten en gevoelens te analyseren en denkfouten te herkennen en te corrigeren (cognitieve herstructurering); de mensen zelf te leren omgaan met autisme, de sterke en zwakke punten, de invloed van de omgeving (psycho-educatie); hen inzicht te laten verwerven in de emoties (affectieve educatie); de mensen met autisme (symptomen van) stress te leren herkennen en ontspanningstechnieken aan te leren (stresshantering); hen copingvaardigheden aan te leren.

Het behandelprogramma bestaat uit dertien bijeenkomsten waarvan zowel doelstellingen als methode en materiaal grondig staan

beschreven. Het strekt de auteur daarbij tot eer dat ze haar materiaal (zie deel drie: werkbladen, oefeningen en checklists) op die manier ter beschikking stelt van de practicus en dat ze daarbij vele accenten legt die door de zoekende psycholoog naar een kader enkel gewaardeerd kunnen worden. Moeten we anderzijds echter niet even stilstaan bij de mogelijkheid dat net door dat concrete en gedetailleerde uitschrijven van het programma op zich, de deur wordt gesloten voor interpretatie en noodzakelijke creativiteit bij het behandelen van telkens weer andere cliënten? Het lijkt dan ook een goede raad de aangereikte handvatten door de auteur met interesse te lezen en te gebruiken als een werk-in-uitvoering dat steeds kritisch terugkijkt op de eigen afgelegde weg en durft een ongeëffend pad te bewandelen. Een kritische omgang met het materiaal in het handboek kan de begeleiding van mensen met autisme ongetwijfeld rijke inspiratie bieden.

* Bram Deeren is klinisch psycholoog en werkzaam in een CLB en een groepspraktijk.