

BOEKBESPREKING
GEDRAGSVERANDERINGEN IN GEZINNEN VAN PROF.DR. A LANGE

door Riet de Lathouder

Boekbespreking in het kader van de opleiding voor Psychodrama van het boek Gedragsveranderingen in gezinnen, geschreven door Professor Dr. A Lange. Uitgever: Wolters Noordhoff, 1994, ISBN 90.01.527.37-x

Dit is een leerboek over de manier waarop mensen hun psychische moeilijkheden kunnen oplossen, verdeeld in twee secties: het ene theorie, het andere praktijkvoorbeelden. Verschillende stromingen uit gezins-, relatie-, gedrags- en directieve therapie worden gecombineerd.

Deel 1 handelt over theoretische achtergronden en algemene principes zoals het gezin als systeem, stromingen in psychotherapie, basisstrategieën ter verbetering van het gedrag, een behandelingsmodel.

Deel 2 behandelt de therapeutische technieken (die tijdens zittingen en buiten de zittingen om worden gehanteerd), en het gehele therapeutische proces van start naar afbouw.

In deel 3 komen specifieke probleemgebieden aan bod zoals trauma's, opvoedings- en seksuele problemen uit het verleden en (proef)scheiding en gezinsinteractie bij psychiatrische stoornissen.

Alfred Lange is hoogleraar en psychotherapeut. Zijn informatie wordt zeer leesbaar geschreven en is wetenschappelijk verantwoord waar dat mogelijk was. Hij geeft in 'gedragsveranderingen' de theoretische algemene kaders en refereert naar onderdelen van volledig beschreven therapiezittingen, die hij in het boek 'Gevalsbeschrijvingen' beschrijft. Hierin beschrijft hij vijf behandelingen (van gemiddeld 15 zittingen) met behulp van directieve therapie. Hij verantwoordt zijn interventies in de kantlijn waarvan hij in 'Gedragsveranderingen' theoretisch en systematisch een beschrijving geeft.

Deze boeken geven mij een geweldig

overzicht van wat ik zelf als zinnige interventies zie. De theoretische verantwoording, de systematische benadering, de verantwoording naar theoretische kaders geeft mij rust; ik kan dit allemaal plaatsen en dus ook weer terug vinden.

Er wordt gedegen ingegaan op:

* de gezinsbenadering als systeem,

de relationele/interactionele benadering: er worden beschreven probleemoplossend gedrag, wederzijdse assertiviteit, toepassen van communicatieregels, vermeerderen van zelfcontrole, herstructureren en her-etiketteren, het integreren van individuele- interactionele- en structurele niveau, respect tonen en bewust toepassen van congruente motiveringstechnieken, en judoachtig motiveren.

* de beschrijving van menselijke vermogens en functies; door het gehele boek wordt verwezen naar cognitieve en emotionele verwerkingsmogelijkheden van de mens. Dus alhoewel het gezin als systeem centraal staat wordt natuurlijk ook aandacht besteed aan de individuele inbreng die vooral ook bij de basisstrategieën en de 'Gevalsbeschrijvingen' aan bod komt.

* de (paradoxe en inconsistente) communicatie: dit is natuurlijk expliciet aan de orde in dit boek.

Hoofdstuk 3 is wat mij betreft het meest bruikbaar bij psychodrama. De strategieën bevatten eigenlijk de doelen die ik nastreef in mijn eigen gedrag, dat ik oefen in psychodrama.