

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

BOEKBESPREKING

.....

Sociaal sterkere pubers

.....

Bespreking van

Inge Antrop & Sarah Bal (2017). *STA sterker: Een gedragstherapeutische SocialevaardigheidsTraining voor Adolescenten*. Tiel: Uitgeverij Lannoo. 200 pp., € 24,99. ISBN 9789401440868.

PETER MURIS

De adolescentie is een roerige ontwikkelingsfase. Vooral op sociaal vlak staan jongeren voor een aantal grote uitdagingen. Allereerst wordt de aansluiting met leeftijdsgenoten in toenemende mate belangrijk: zorgen dat je erbij hoort, vriendschappen aangaan en onderhouden, en omgaan met het impulsieve, soms onvoorspelbare gedrag van andere jongeren zijn enkele voorbeelden van sociale taken waar de adolescent mee te maken krijgt. Daarnaast kan het zoeken naar een eigen identiteit (met alles wat daarbij komt kijken, zoals bravouregedrag, het op straat 'hangen' in een groep, atypische kledingkeuze en haardracht, en het uitproberen van middelen) en het verlangen naar meer autonomie (spijbelen, het verwaarlozen van huiswerk, laat thuiskomen na uitgaan) leiden tot conflicten met ouders en leerkrachten. Indien een jongere er niet goed in slaagt om deze sociale taken op een adequate manier uit te voeren, kunnen er ook op emotioneel vlak problemen ontstaan.

STA Sterker is een gedragstherapeutische groepstraining die beoogt jongeren op sociaal vlak beter te laten functioneren. De training is gericht op het wegwerken van tekorten in sociale vaardigheden, maar integreert in haar methodiek ook cognitieve en zelfcontrolerende (emotieregulerende) technieken. De training 'is bedoeld voor psychologen, orthopedagogen, kinderpneumologen, psychiater, psychiatisch verpleegkundigen, leerkrachten... iedereen die jongeren tussen 12 en 18 jaar sociale vaardigheden wil aanleren' (p. 8). De training kan preventief worden ingezet, maar wordt in de klinische praktijk ook bruikbaar geacht bij jongeren met ernstige psychische moeilijkheden. Een uitzondering wordt gemaakt voor adolescenten met een autismespectrumstoornis, wat jammer is, omdat deze problematiek steeds minder gezien

wordt als een separate diagnostische categorie, maar meer als een continuüm van symptomen (American Psychiatric Association, 2014), en juist jongeren met een autismespectrumstoornis problemen ervaren op sociaal gebied (Deckers, Muris, & Roelofs, 2017) die voor een deel met een socialevaardigheidstraining geremedieerd kunnen worden (zie bijvoorbeeld: Gates, Kang, & Lerner, 2017).

Het boek bestaat uit drie delen: deel 1 beschrijft de theorie en achtergrond van het programma, deel 2 bevat het draaiboek voor de trainers en deel 3 bestaat uit de werkbladen die tijdens de elf bijeenkomsten van de training (tien reguliere trainingsbijeenkomsten en één follow-upbijeenkomst) aan de jongeren worden uitgereikt. Ten slotte bevat het boek nog een aantal bijlagen, waarin de lezer zaken aantreft die tijdens de training gebruikt (kunnen) worden, zoals een checklist waarop de jongere zijn persoonlijke leerdoelen kan aangeven, een formulier voor het noteren van de groepsafspraken, een set kaarten met opdrachten en vragen voor het STA Sterker-spel dat tijdens de tiende bijeenkomst wordt gespeeld, het diploma dat na afloop aan de jongeren kan worden uitgereikt, en hand-outs voor de twee ouderbijeenkomsten, die eveneens deel uitmaken van de training.

De beschrijving van de theorie achter het programma in deel 1 is basaal, maar biedt voldoende achtergrondinformatie voor hulpverleners die deze groepstraining willen gebruiken. Na een bespreking van de sociaal-cognitieve ontwikkeling tijdens de adolescentie, de verschillende factoren van sociaal competent gedrag (sociale waarden en normen, sociaal vaardig gedrag, sociale cognitie en emotieregulatie), problemen op sociaal gebied (grofweg te verdelen in twee categorieën: onderassertief (angstig) gedrag versus overassertief (agressief) gedrag), en het nut en de effectiviteit van socialevaardigheidstraining om deze moeilijkheden aan te pakken, volgt een theoretische onderbouwing van de inhoud van het STA Sterker-programma. De groepstraining is enerzijds gebaseerd op de socialevaardigheidstraining voor volwassenen van van Dam-Baggen en Kraaimaat (2000), die zich expliciet richt op het aanleren van basisvaardigheden die nodig zijn in alledaagse sociale situaties (bijvoorbeeld contact maken, een vraag stellen, dingen weigeren en opkomen voor jezelf), anderzijds hebben de auteurs inspiratie opgedaan bij het Social Skills Group Intervention Program for Adolescents van Harrell, Mercer en DeRosier (2009), dat naast het intraineren van sociale vaardigheden ook oog heeft voor sociale perceptie, zelfregulatie en probleemoplossingsvaardigheden. STA Sterker beoogt dan ook jongeren een breed scala aan sociale vaardigheden aan te leren. Daarbij wordt aandacht besteed aan cognitieve technieken (perspectiefname, cognitieve herstructurering, psycho-educatie, herkennen van eigen motieven), gedragsmatige oefening (instructie, modelleren, rollenspel, bekrachtiging, huiswerkopdrachten) en emotieregulatie (impulsbeheersing, woede- en angstregulatie, relaxatie). Omdat dit de standaard ingrediënten zijn van bijna elke cognitief-gedragstherapeutische socialevaardigheidstraining, valt STA Sterker in feite in de categorie 'niets nieuws

onder de zon'. De auteurs geven dit ook min of meer toe, maar merken daarbij op dat dergelijke programma's weliswaar al bestaan voor jongere kinderen en volwassenen, maar nog ontbreken of ontoereikend zijn voor adolescenten. Een snelle zoektocht op het internet leert dat veel jeugdzorginstellingen en psychologenpraktijken in Nederland socialevaardigheidstrainingen voor jongeren aanbieden en de vraag doemt op welke methodiek al die hulpverleners dan wel gebruiken. De auteurs laten na dit duidelijk te signaleren. Ook gaan ze voorbij aan het feit dat er in ons land wel degelijk al andere programma's voorhanden zijn die zich specifiek richten op het veranderen van onder- en overassertief gedrag bij jongeren, en die daarbij ook aandacht besteden aan het trainen van sociale vaardigheden. Zo levert een inspectie van de databank van het Nederlands Jeugdinstituut (www.nji.nl/nl/Databank/Databank-Effectieve-Jeugdinterventies) met als zoekterm 'socialevaardigheidstraining' de volgende relevante resultaten op: Aggression Replacement Training, Kanjertraining, Denken + Doen = Durven, en Sociale Vaardigheden op Maat. Een vergelijking met, en afbakening van, STA Sterker ten opzichte van dergelijke bestaande programma's had hulpverleners die werken met adolescenten met sociale problemen kunnen helpen een keuze te maken tussen STA Sterker en deze alternatieve trainingsmethodieken.

Deel 2 van het boek bevat een beschrijving van het draaiboek voor de trainers. Voor elke bijeenkomst wordt allereerst beschreven wat de belangrijkste doelstellingen en leerpunten voor de jongeren zijn, hoe de agenda eruitziet en welke spullen er nodig zijn. Daarna volgt een gedetailleerde uitwerking van het programma van de bijeenkomst. De beschrijving van de verschillende activiteiten en opdrachten biedt een duidelijke leidraad voor de trainers om de socialevaardigheidstraining met de jongeren uit te voeren. De sociale situaties die tijdens de verschillende bijeenkomsten geoefend worden, sluiten goed aan op de leefwereld van de jongeren. Ook is het leuk dat de activiteiten tijdens de verschillende bijeenkomsten kort worden geïllustreerd met behulp van casuïstiek over jongeren die de training al hebben gevolgd. Verder is de beschrijving van het programma van de ouderbijeenkomsten voldoende helder. Bij de tweede bijeenkomst lijkt het erop dat er vooral veel gepraat wordt; het zou goed zijn ouders zelf meer te laten oefenen met de verschillende sociale vaardigheden, om vervolgens de vertaling naar de leefwereld van het kind helder te maken.

Deel 3 van het boek bestaat uit de werkbladen die tijdens de training worden uitgereikt aan de jongeren. Deze werkbladen kunnen ook vanaf de website van de uitgever gedownload en uitgeprint worden (www.lannoocampus.be). De werkbladen zijn niet echt aantrekkelijk: ze zijn saai van kleur, en bevatten veel tekst en geen enkele illustratie, terwijl de huidige generatie jongeren toch vooral een voorkeur lijkt te hebben voor visuele informatie.

In conclusie: STA Sterker is een cognitief-gedragstherapeutische groeps-training die speciaal ontwikkeld is voor adolescenten en tot doel heeft jongeren in sociaal opzicht beter te laten functioneren. De inhoud van de training

is goed: ze richt zich op een scala aan sociale situaties waar jongeren thuis, op school of bij vrienden mee te maken krijgen. Verder bevat het programma alle onderdelen die men in een potente socialevaardigheidstraining verwacht aan te treffen: door middel van cognitieve technieken wordt het denken van de jongere in de sociale context aangepast, via model-leren, rollenspel en huiswerkopdrachten in dagelijkse situaties wordt hun gedrag veranderd, en door emotiebeheersing en relaxatie worden al te heftige gevoelens gereguleerd. Qua vormgeving had het echter wel wat beter gekund: de werkbladen voor de jongeren zijn ronduit onaantrekkelijk. Een goedkope oplossing hiervoor zou zijn om wat minder tekst te gebruiken en die op te vrolijken met leuke foto's of tekeningen. Een duurder optie zou zijn om de werkbladen aan te bieden in de vorm van een app, wat uiteraard nog beter aansluit op de leefwereld van de hedendaagse jeugd.

Peter Muris is hoogleraar Klinische Psychologie en Ontwikkelingspsychopathologie aan de Faculteit Psychologie en Neurowetenschappen van de Universiteit Maastricht, en gz-psycholoog/cognitief-gedragstherapeut bij Lucertis Maastricht. *Correspondentieadres:* Universiteit Maastricht, Capaciteitsgroep Klinische Psychologische Wetenschap, Postbus 616, 6200 MD Maastricht. E-mail: peter.muris@maastrichtuniversity.nl

Literatuur

- American Psychiatric Association (APA). (2014). *Handboek voor de classificatie van psychische stoornissen (DSM-5). Nederlandse vertaling van Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Amsterdam: Boom.
- Deckers, A., Muris, P., & Roelofs, J. (2017). Being on your own or feeling lonely? Loneliness and other social variables in youths with autism spectrum disorders. *Child Psychiatry and Human Development*, 48, 828-839.
- Gates, J. A., Kang, E., & Lerner, M. D. (2017). Efficacy of group social skills interventions for youth with autism spectrum disorder: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 52, 164-181.
- Harrell, A. W., Mercer, S. H., & DeRosier, M. E. (2009). Improving the social-behavioral adjustment of adolescents: The effectiveness of a social skills group intervention. *Journal of Child and Family Studies*, 18, 378-387.
- van Dam-Baggen, C. M. J., & Kraaimaat, F. W. (2000). *Sociaalvaardigheidstherapie: Een cognitief gedragstherapeutische groepsbehandeling. Praktijkreeks Gedragstherapie, Deel 11*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.