

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

.....

Hoe ACT kinderen en jongeren kan helpen

.....

Bespreking van

Monique Samsen & Janneke de Heus (2017). *Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren*. Bohn Stafleu van Loghum. 132 pp., € 42,00. ISBN 9789036814379

INEZ BUYCK

Acceptance and commitment therapy (ACT) is een derde generatie gedragstherapie die cliënten helpt om flexibel om te gaan met klachten en hindernissen (*acceptance*), teneinde de kracht en energie te verwerven om te blijven investeren in een waardevol leven (*commitment*). De interventie vergroot psychologische flexibiliteit langsheen zes kernprocessen: acceptatie, defusie, het zelf als context, contact met het huidige moment, waarden en toegewijde actie. ACT is een evidence-based interventie voor volwassenen. Een recente review van meta-analyses toont een positief effect aan op uiteenlopende problemen, zoals angst, depressie, middelenmisbruik, eetstoornissen, pijn en allerlei transdiagnostische klachten (Gloster et al., 2020).

De laatste jaren is er steeds meer aandacht voor het toepassen van de ACT-methodiek bij kinderen en jongeren. Wetenschappelijk onderzoek naar ACT bij jeugdigen is dan ook exponentieel toegenomen. Twee recente reviews laten zien dat ACT ook bij deze doelgroep een veelbelovende interventie is voor een veelheid aan problematieken. Er worden positieve resultaten gevonden bij onder andere angst, depressie, obsessieve-compulsieve stoornis, stress, ADHD, pijn, anorexia nervosa en trichotillomanie (Fang & Ding, 2020; Harris & Samuel, 2020).

Terwijl ACT goed is uitgewerkt voor volwassenen, is er in het praktijkveld van professionals echter een sterke behoefte aan een vertaling van deze methodiek naar een jonger publiek. Er zijn wel enkele ACT-(werk)boeken beschikbaar die zich specifiek richten op jeugdigen en hun ouders, maar er

zijn weinig handboeken met richtlijnen voor professionals om concreet mee aan de slag te gaan. In dat opzicht richt de recent verschenen trainershandleiding *Act your way* (Matthijssen et al., 2020) zich tot een doelpubliek van adolescenten tussen 15 en 25 jaar oud. *Acceptance and Commitment Therapy bij kinderen en jongeren* lijkt op dit moment het enige boek te zijn dat de ACT-methodiek ook heeft uitgewerkt voor een jonger publiek.

Het boek richt zich tot professionals in de gezondheidszorg en het onderwijs die enige kennis hebben van ACT en deze methodiek willen toepassen bij kinderen van 8 tot 18 jaar. Het reikt praktische handvatten aan voor begeleidings- en therapeutische contexten, met zowel korte als langer durende trajecten. De eerste hoofdstukken geven een toelichting op het theoretische achtergrondkader, op de begeleidingssituaties, settings en probleemgebieden waarbinnen ACT kan worden toegepast, en op de wetenschappelijke effectiviteit van ACT bij kinderen en jongeren. In de volgende hoofdstukken wordt het ACT-model voor volwassenen vertaald naar de leef- en belevingswereld van jeugdigen, en worden de randvoorwaarden, uitdagingen en rollen van begeleiders en ouders bij de toepassing van ACT op deze doelgroep belicht. De rest van het boek wordt gewijd aan het oplijsten van specifieke oefeningen en metaforen die tijdens een ACT-begeleiding bij kinderen kunnen worden ingezet. In het laatste hoofdstuk wordt op basis daarvan een groepsprotocol voor 12- tot 16-jarigen uitgewerkt.

Het ACT4kids-model vertaalt de zes ACT-kernprocessen voor volwassenen metaforisch en inhoudelijk naar meer kindgerichte alternatieven als olifantenhuid, olifantenslurf, zelf, boom/uil, hart en kat. Per kernproces worden kort een aantal aandachtspunten aangehaald in verband met ontwikkelingsniveaus, leefomgevingen en interesses die specifiek gelden voor kinderen, maar hier wordt nogal summier overheen gegaan. Hoewel het boek pretendeert de ontwikkeling van de cognitieve processen van kinderen bij de vertaalslag in rekening te brengen, komt dit toch niet geheel duidelijk naar voren. Het ontwikkelingsperspectief en de specifieke aandachtspunten van de (evolutie van de) verschillende kernprocessen doorheen verschillende ontwikkelingsfasen worden nauwelijks toegelicht en beperken zich tot enkele algemeenheden. Hier en daar wordt richting gegeven aan de leeftijdsfase waarin een oefening of metafoor het best tot zijn recht komt of is er sprake van een leeftijdsspecifieke aanpassing. Globaal genomen is het echter niet altijd helder hoe de oefeningen in een ontwikkelingsgericht kader kunnen worden geplaatst. Verder beperken de oefeningen en metaforen zich te veel tot een korte beschrijving en kunnen ze meer diepgang gebruiken in de uitwerking. Professionals zouden meer geholpen zijn indien er aan de oefeningen meer concrete doelstellingen en richtlijnen voor het doelgericht en doelbewust toepassen gekoppeld waren. Ook de rol van de ouders in het modelleren van psychologische flexibiliteit en het hantieren van tools voor zichzelf om zich door het dagelijks leven van het gezin te navigeren had meer kunnen worden belicht. Dit leidt ertoe dat het boek

vooral geschikt is als inspiratiebron om met het ACT-gedachtegoed aan de slag te gaan, eerder dan het als een kompas te gebruiken voor therapie in een ggz-hulpverleningssetting.

De vraag stelt zich of het traditionele model van de zes kernprocessen van ACT zonder meer te vertalen is naar de context van jeugdigen. Kinderen en adolescenten zijn geen mini-volwassenen. Hoewel psychologische flexibiliteit ook bij hen een na te streven doel kan zijn, is het op basis van hun ontwikkelingsniveau mogelijk aangewezen om voor hen een ander klinisch interventiemodel te ontwikkelen. In dat opzicht lijkt het recent ontwikkelde AWO-W-model veelbelovend. Dit model vindt zijn grondslag in ACT-principes en onderscheidt drie gedragsclassificaties vanwaaruit jongeren kunnen handelen: die van adviseur, van waarnemer en van ontdekker, die elk in dienst staan van waarden. Een recente uitwerking van dit model met gedragsoefeningen voor therapeutisch werk met jongeren is te vinden in het boek *Ruimte om te groeien* (Hayes & Ciarrochi, 2019).

Inez Buyck is gepromoveerd in de psychologie. Ze is als wetenschappelijk onderzoeker en praktijkassistent verbonden aan de Universiteit Gent, werkt als lector aan de HOGENT, en voert daarnaast klinisch werk uit als kinder- en jeugdpsycholoog in een psychologiepraktijk te Waregem. *Correspondentieadres*: Henri Dunantlaan 2, 9000 Gent. E-mail: inez.buyck@ugent.be.

Literatuur

- Fang, S., & Ding, D. (2020). A meta-analysis of the efficacy of acceptance and commitment therapy for children. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 15, 225-234.
- Gloster, A. T., Walder, N., Levin, M. E., Twhig, M. P., & Karekla, M. (2020). The empirical status of acceptance and commitment therapy: A review of meta-analyses. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 181-192.
- Harris, E., & Samuel, V. (2020). Acceptance and commitment therapy: A systematic literature review of prevention and intervention programs for mental health difficulties in children and young people. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 34, 280-305.
- Hayes, L. L., & Ciarrochi, J. (2019). *Ruimte om te groeien: Help jongeren omgaan met hun emoties, doelen bereiken en zich verbinden met anderen met behulp van ACT en positieve psychologie*. Uitgeverij SWP.
- Mattijssen, D., de Rooij, E., & Bodden, D. (2020). *ACT your way – Trainershandleiding*. Boom.