

Voorwoord

In ons dagelijks leven kennen we verschillende vormen van denkfouten: we betrappen onszelf (of wellicht nog vaker anderen) op zwart-witdenken, op sombere gedachten, of op over- of juist onderschatting. Daar waar denkfouten leiden tot negatieve gevoelens en disfunctioneren kan cognitieve gedragstherapie een effectief middel zijn om tot cognitieve herstructurering te komen.

Cognitieve gedragstherapie is tegenwoordig niet meer weg te denken uit de hulpverlening. Cognitieve gedragstherapie staat voor een diversiteit aan hulpvormen waarbij naast gedrag vooral ook disfunctionele denkpatronen ('denkfouten') en negatieve gevoelens worden beïnvloed om beter functioneren mogelijk te maken. Dit boek levert een goede beschrijving van de onderliggende principes van cognitieve gedragstherapie alsmede een praktische beschrijving van de uitwerking.

Onderzoek naar de werkzaamheid van cognitieve gedragstherapie laat zien dat deze vorm van hulpverlening voor jongeren en volwassenen met uiteenlopende problematiek redelijk tot grote effecten heeft (NJi, 2008). Het gaat om een bewezen effectieve aanpak. Juist in scholen kan kennis van deze benadering een waardevolle bijdrage zijn voor schoolpsychologen en andere zorgbegeleiders in hun begeleiding van jongeren. Met passend onderwijs voor de deur worden scholen immers geconfronteerd met een diverse leerlingpopulatie en met uiteenlopende zorgbehoeften.

Juist op het gebied van cognitieve gedragstherapie is Aaron Beck een van de grondleggers geweest die gewezen heeft op de invloed van onlogische en irrationele gedachten op gedrag en functioneren. De vertaling van het *Cognitive Therapy for Adolescents in School Settings* in het Nederlands biedt professionals een unieke kans te profiteren van hun rijke ervaring in het begeleiden van zorgleerlingen. Een boek dat iedereen met hart voor onderwijs en (zorg) leerlingen zal aanspreken door de heldere principes en herkenbare voorbeelden.

Cathy van Tuijl (Hogeschool Edith Stein) en Ina Cijvat (Expertis onderwijsadviseurs)