

Recente ontwikkelingen in groepspsychotherapie en een blik op de toekomst

In deze bijdrage wordt de recente geschiedenis van de Nederlandse groepspsychotherapie belicht aan de hand van drie gebeurtenissen: de publicatie van de *Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling* (2019) en van het nieuwe *Leerboek Groepspsychotherapie* (2022) en het besluit van het NVGP-bestuur in 2023 om het interpersoonlijk referentiekader vast te stellen naast het in 2004 vastgestelde referentiekader van de groepsdynamica. Deze gebeurtenissen staan niet op zichzelf en tonen aan dat er een verdere theoretische en klinisch praktische regulering heeft plaatsgevonden, die de taakgerichtheid van de groepsbehandelaren en de NVGP als specialistische psychotherapeutische beroepsvereniging in termen van ‘accountability’ ten goede komt.

Door Piet Verhagen en Arnout ter Haar

De onvolprezen Tom Berk (1932-2015), auteur van opeenvolgende leerboeken voor groepspsychotherapie, paste het ontwikkelingsmodel voor kleine groepen van Bruce W. Tuckman (1938-2016)¹ toe als hulpmiddel om de ontwikkelingsgeschiedenis van groepspsychotherapie te ordenen en te duiden (ter Haar & Verhagen, 2023). In zijn *Een geschiedenis van de groepspsychotherapie* (Berk, 1997, p. 18) zet hij het ietwat luchtig, bescheiden neer: ‘ter wille van de leesbaarheid’ koos hij de fasetermen van Tuckman als namen voor de periodeaanduidingen. ‘Het leek me aardig om die termen in die zin voor de geschiedenis van de groepspsychotherapie te gebruiken’ (Berk, 1997, p. 2). Het is veel meer dan een aardigheidje. Het is werkelijk een vondst. Doorgaans wordt de geschiedenis van de groepspsychotherapie opgehangen aan ontwikkelingen die een bepaald tijdvak typeren (Barlow, e.a., 2000; Koks, 2018). Met de termen ontleend aan Tuckman geeft Berk een zekere uitdrukking aan hoe het er in die periode aan toeging qua ontwikkeling van de taak – in dit geval de ontwikkeling/bevordering van de groepspsychotherapie – en hoe (groepen van) personen – groepspsychotherapeuten, onderzoekers – (internationaal) interacteerden.

We hebben vooralsnog niet kunnen traceren of anderen dit procedé hebben toegepast op de geschiedenis van de groepspsychotherapie. Een onzer (PV) heeft onlangs het idee van Berk gebruikt om de geschiedenis van de ontwikkeling van het domein psychiatrie en religie te beschrijven, vanaf 1980 tot heden; een zeer bruikbaar idee (Verhagen & Hegger, 2024).

Het is ditzelfde idee dat we in deze bijdrage als lens willen gebruiken om naar de recente ontwikkeling in de groepspsychotherapie te kijken, met name wat betreft die ontwikkeling in Nederland. Berk duidde de nieuwste geschiedenis, die hij liet ingaan in de eerste helft van de jaren zeventig (1974-1994), met de term 'performing', die hij kortheidshalve aanduidde als de werkfase van de groep: 'De groep kan nu als een probleemoplossend organisme gaan functioneren' (Berk, 1997, p. 76)². We noemen het hier de fase van de constructieve samenwerking. Daaraan vooraf gaan de fasen 'forming' (voorbereiding, aanloop, uitproberen, de fase van de voorlopers), 'storming' (de groep vormt zich met de nodige spanningen en conflicten, polarisatie) en 'norming' (er ontstaan, mede door een zekere regulering, nieuwe standaarden en een samenhang). Net als in een groepsbehandeling vormen de fasen van Tuckman toegepast op de geschiedenis van de groepspsychotherapie geen vaste chronologie, maar valt er een voortgang naar volgende fasen te onderkennen met tijdelijke terugkeer naar eerdere fasen. Wij kijken in deze bijdrage of en hoe in die voortgaande fase van 'performing', sinds het laatste kwart van de vorige eeuw, aspecten van eerdere fasen zoals van 'storming' en 'norming' zich wellicht herhaalden met bevordering van 'performing' als (gewenste) uitkomst.

Daarmee kunnen we de te onderzoeken vraag voor deze bijdrage formuleren. Laten de ontwikkelingen in de recente geschiedenis (eerste kwart twintigste eeuw) van de Nederlandse groepspsychotherapie zich verhelderen vanuit het perspectief van het ontwikkelingsmodel van Tuckman, met name in termen van 'performing'? En zo ja, wat maakt dat dan duidelijk? Daarmee hopen we niet alleen een bijdrage te leveren aan het bijhouden van de (recente) geschiedenis van de groepspsychotherapie, maar ook aan de voortgaande reflectie over de praktijk en het onderzoek van de groepspsychotherapie. We zullen eerst aangeven bij welke gebeurtenissen we willen stilstaan om de ontwikkeling te schetsen. Startpunt is de publicatie van de Amerikaanse *Clinical practice guidelines for group psychotherapy* (Bernard e.a., 2008).

Wat deed zich voor?

De publicatie van de Amerikaanse klinische praktijkrichtlijn voor groepspsychotherapie in 2008 was een novum. Dat gegeven verdient aandacht omdat de richtlijn in ieder geval in Nederland onmiddellijk de aandacht trok en na verloop van tijd leidde tot de ontwikkeling van de *Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling in de (geestelijke) gezondheidszorg*, een initiatief van de Nederlandse Vereniging voor Groepsdynamica en Groepspsychotherapie (NVGP). Een werkgroep, onder redactie van Koks en Steures, ging in 2017 van start en werkte in tweetallen aan de hoofdstukken. Het eindresultaat werd in 2019 gepubliceerd als een onlinedocument (te vinden op www.groepspsychotherapie.nl/praktijkrichtlijnen). Niet geheel los daarvan deden zich nog twee zaken voor. Eind 2022 werd onder de redactie van de auteurs van

dit artikel het nieuwe *Leerboek Groepspsychotherapie* (Verhagen & ter Haar, 2022) gepubliceerd. Het was inmiddels tijd voor een nieuw leerboek. Het veel gebruikte maar inmiddels wel verouderde leerboek van Berk stamde uit 2005.

Niet los van de ontwikkelingen in de groepspsychotherapiewereld besloot de NVGP in 2023 het interpersoonlijke model van Yalom en Leszcz (2020) als tweede referentiekader vast te stellen, naast het bestaande referentiekader van de groepsdynamica. Ogenscheinlijk lijken het drie op zichzelf staande momenten. Er is echter een duidelijke verwantschap in thematiek en ook qua motieven; kennelijk hing er iets in de lucht. Dat is nu wat we willen laten zien met behulp van het Tuckman-model. Daarbij komende de volgende vragen aan de orde:

1. Wat wordt beoogd met de NVGP Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling? Wat zijn sterke en minder sterke kanten van de praktijkrichtlijnen? Worden de praktijkrichtlijnen daadwerkelijk geraadpleegd?
2. Het *Leerboek Groepspsychotherapie* (Verhagen & ter Haar, 2022) is enerzijds bedoeld voor het traditionele doel voor opleiding en bij- en nascholing. Anderzijds heeft het ook een missie. Welke missie is dat en hoe past deze in de recente ontwikkelingen van de groepspsychotherapie in Nederland?
3. Het besluit van de NVGP om het interpersoonlijk model van Yalom en Leszcz (2020) als tweede referentiekader naast de groepsdynamica vast te stellen, kwam niet uit de lucht vallen. Volgens het competentieprofiel voor de specialistisch groepstherapeut, wordt deze geacht deskundig te zijn in het hanteren van beide

referentiekaders. Spreken we ondertussen van een dubbel of een drievoudig referentiekader? Wat is dit dubbele referentiekader nu precies?

De Nederlandse Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling in de (geestelijke) gezondheidszorg

Achtergrond, bedoeling en urgentie

De praktijkrichtlijnen groepsbehandeling beogen een handreiking te bieden aan groepsbehandelaren bij het uitoefenen van hun werk op basis van kennis die beschikbaar is uit wetenschappelijk onderzoek en klinische ervaring (Koks & Steures, 2019). De Nederlandse Praktijkrichtlijnen zijn in belangrijke mate gebaseerd op het werk dat door de American Group Psychotherapy Association (AGPA; Bernard, et al., 2008) verricht is. Daarnaast vormen de opeenvolgende literatuuronderzoeken van Burlingame en anderen (2013) in de edities van *Bergin & Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* en het werk van Burlingame en Jensen (2017) en Karterud (2015) een belangrijke empirisch wetenschappelijke basis. Het onderzoek laat zien dat groeps therapie effectief is, even effectief als individuele therapie, en op de lange termijn ook kosteneffectief.

Kennis van de *evidence based* groepsdynamische processen is de basis van waaruit iedere behandelaar zou moeten vertrekken. Dat een gebrek aan kennis en ervaring over deze groepsdynamica de effectiviteit van groepsbehandeling kan doen verminderen, is een breed gedragen veronderstelling van geschoolde groepstherapeuten, maar is ook een veronderstelling die zich moeilijk laat toetsen. Burlingame (2023) laat zien dat 16%

van de verbetering van de cliënt te verklaren is door het doelbewust inzetten van groep-sinterventies zoals cohesie bevorderende technieken.

Snijders en Berk drukten zich in hun reflectie op de AGPA-richtlijnen ongewoon sterk uit

De AGPA Praktijkrichtlijnen werden in 2007 gepubliceerd. In 2008 stelden Snijders & Berk in een reflectie hierop het volgende: 'Ook de NVGP heeft praktijkrichtlijnen nodig die naar buiten o.a. van belang zijn in het kader van accountability, en die naar binnen o.a. een bundelend karakter voor hun leden hebben. Kreten als 'groepsdynamisch' of 'psychoanalytisch' hebben dan weinig betekenis. Groepstherapeuten vullen er hun eigen model bij in en managers of financiers kunnen er weinig mee.' Snijders en Berk drukten zich ongewoon sterk uit door te stellen dat zij ervan overtuigd waren 'dat de NVGP zinvol gebruik van de praktijkrichtlijnen van de AGPA zou kunnen maken en dat het de praktijk en de ontwikkeling van groepstherapie in Nederland ernstig zal schaden als wij geen algemene praktijkrichtlijnen ontwikkelen die in grote lijnen overeenkomen met die van de AGPA' (Snijders & Berk, 2008, p. 43).

In diezelfde tijd was er in Nederland sprake van een recessie, met bezuinigingen op de gezondheidszorg en een tekort aan hulpverleners, alsmede toenemende invloed vanuit de zorgverzekeraars op de inzet van geld en

middelen. De vraag om bewezen effectiviteit van behandelingen leidde tot zorgstandaards en generieke modules. Intensieve (klinische) behandelingen werden gereduceerd of opgeheven, en patiënten met complexe problematiek werden in toenemende mate behandeld door basispsychologen zonder specifieke training voor deze doelgroep. De ROM, ontworpen als een feedbackinstrument voor patiënt én behandelaar, werd steeds meer een – niet onomstreden – instrument voor benchmarking en financiering. Vanwege al deze ontwikkelingen werd het ook voor de NVGP van belang de evidence based methodieken te integreren in de praktijk van groepsbehandelingen, en groepsbehandeling op een wetenschappelijke basis als uitgangspunt voor de opleiding van groepsbehandelaren te stellen (Koks e.a., 2021). Achteraf getuigt het van groot inzicht van de zijde van Snijders en Berk, aangezien de genoemde trends en druk op de geestelijke gezondheidszorg en op de psychotherapie in het bijzonder onverminderd zijn. Een voorbeeld van die druk zijn de verwickelingen rond groepspsychotherapie en het zorgprestatie-model (Aalders e.a., 2021). Wat betreft de Nederlandse aanpak introduceerden Koks en Steures het project en de taak van de werkgroep in 2017, nadat het bestuur van de NVGP hen daartoe in 2016 verzocht had. Twee jaar later werden de Nederlandse praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling online gepubliceerd, voor iedereen inzichtelijk en toegankelijk, als een levend document dat geregeld een update zou kunnen krijgen (Koks & Steures, 2019). Inhoudelijk werd in grote lijnen het voorbeeld van de AGPA-richtlijnen gevolgd. Verhagen (2020) liet aan de hand van een fictieve casus het gebruik van de praktijk-

richtlijnen in supervisie zien. Dat is gezien het oogmerk van de praktijkrichtlijnen een belangrijke toepassing. In 2021 vergeleken Koks, Steures en Ter Haar in het *International Journal of Group Psychotherapy* de Amerikaanse praktijkrichtlijnen en de Nederlandse praktijkrichtlijnen, waarbij zij pleitten voor verdere samenwerking. Zo werden de hoofdstukken die niet in de Amerikaanse praktijkrichtlijnen voorkomen (over co-therapie en opleiding, over een multidisciplinaire behandelsetting, over destructieve processen en over het combineren van groepsdynamica met een specifieke behandelmethode) in het Engels vertaald zodat deze ook voor de Amerikaanse collegae inzichtelijk zijn. Idealiter zou uiteindelijk ook de input van andere landen kunnen leiden tot een gemeenschappelijk document, de Internationale Praktijkrichtlijnen Groepsbehandeling, toegankelijk voor iedereen, met regelmatige updates. Hoe staat het er inmiddels voor met de praktijkrichtlijnen? Met het oog op dit artikel stuurden de auteurs via het secretariaat van de NVGP een korte enquête (slechts vijf vragen, een zeer geringe tijdsinvestering dus) naar alle leden, om een beeld te krijgen in hoeverre en door wie de praktijkrichtlijnen geraadpleegd worden. Na een eerste mailing was het aantal respondenten zo laag dat er een tweede mailing, speciaal ook gericht aan de opleiders binnen de NVGP, gestuurd werd. In totaal reageerden slechts 39 van de in totaal 550 leden. Dat is jammer genoeg te weinig om conclusies te kunnen trekken. De praktijkrichtlijnen werden door de respondenten overigens wel positief beoordeeld, vooral als theoretisch kader en als ondersteuning voor de praktijk; ten aanzien van handvatten voor probleemsituaties was men iets minder positief, maar nog wel in

voldoende mate. De reden om de praktijkrichtlijnen te raadplegen was vooral om supervisanten te begeleiden of om opleidingen/cursisten te informeren. Dat sluit op zich wel aan bij de insteek van de praktijkrichtlijnen om de *basics* vast te leggen.

Minder sterke kanten

Koks en Steures (2019) benadrukken dat de Nederlandse praktijkrichtlijnen als een levend document gezien moeten worden, waarbij ieder hoofdstuk van tijd tot tijd herzien zal moeten worden omdat nieuwe onderwerpen of onderzoeksresultaten zich kunnen aandienen als de groepstherapievormen verder evolueren. Zo ontbreekt er in de praktijkrichtlijnen een hoofdstuk over het online werken met groepen, zoals ontstaan tijdens de corona-lockdownperiodes, en een hoofdstuk over diversiteit. Burlingame (2023) noemt multiculturele competenties van de groepstherapeut als noodzakelijk, omdat uit onderzoek – veelal individuele therapie betreffend overigens – blijkt dat multiculturele competenties van de therapeut voor de helft de cliënttevredenheid verklaren. Ook de aard van de werkrelatie, de diepte van de therapie sessies, verbetering van de cliënt en vertrouwen hebben in de therapeut zijn gelieerd aan de mate van multicultureel bewustzijn en competentie van de therapeut. Hoewel het prijzenswaardig is de praktijkrichtlijnen als een levend document te betitelen, heeft er vooralsnog geen actualisatie van de AGPA- of de NVGP-praktijkrichtlijnen plaatsgevonden. Dat is niet zo verwonderlijk, omdat het heel veel werk betreft om alle relevante studies over de vele facetten van groepsbehandeling bij te houden en te integreren in de bestaande teksten. Zeker voor een relatief kleine vereniging als de NVGP

vraagt dat vrijwillige inzet van leden die naast hun interesse voor groepsprocessen en therapeutische vaardigheden ook een wetenschappelijke belangstelling hebben en tijd willen investeren om de onderzoeksliteratuur bij te houden.

Het zou meer dan jammer zijn als de huidige Praktijkrichtlijnen groepsbehandeling naar de achtergrond verdwijnen

Het zou meer dan jammer zijn als de huidige *Praktijkrichtlijnen groepsbehandeling* naar de achtergrond verdwijnen en op enig moment gedateerd blijken te zijn. Het vraagt dan ook om een permanente, actieve en doorlopende werkgroep die de praktijkrichtlijnen zo veel mogelijk weet te actualiseren.

'Norming'

Het verschijnen van de praktijkrichtlijnen in navolging van de Amerikaanse tekst is op zich wel bijzonder te noemen. Dat geldt niet zozeer voor de inhoud. Het gaat immers om de basics, om dat wat iedere groepsbehandelaar minimaal zou moeten weten en beheersen. Het bijzondere betreft vooral het feit als zodanig. De GGZ-zorgstandaard psychotherapie werd in 2019 geautoriseerd. Daarin wordt groepspsychotherapie als een eigenstandig verklaringsmodel verwoord. Maar een verdere uitwerking daarvan wordt in die standaard niet gegeven. Met de ontwikkeling van de praktijkrichtlijnen heeft de

NVGP de volwaardige eigenstandigheid van de groepspsychotherapie beschreven en daarmee een statement gemaakt ter versterking van de positie en rol die groepsbehandeling in allerlei vormen in de geestelijke gezondheidszorg speelt. Daarbij ging het niet alleen om verdere professionalisering van 'groepsdoeners' zonder opleiding, maar om duidelijkheid richting management in het klein en in het groot en andere stakeholders, zoals verzekeraars; het nut daarvan leek en bleek niet denkbeeldig, zoals Snijders en Berk in 2008 al voorzegd hadden.

We kunnen het verschijnen van de Amerikaanse *guidelines*, de zorgstandaarden en de NVGP-praktijkrichtlijnen opvatten als uitdrukking van 'norming'. Er vindt om allerlei redenen een zekere regulering plaats die de samenhang – eenheid zou een te sterk woord zijn – moet bevorderen. Anders gezegd: Waar hebben we het over als we het over groepspsychotherapie hebben? Daar mag iedereen natuurlijk wat van vinden, maar iedereen kan niet maar wat doen. Dit is wat de NVGP ermee bedoelt en van professionals verwacht. En het is ook waar groepsbehandelaren op aanspreekbaar zijn. Dat een herhaling van dergelijke regulering zich lopende het ontwikkelingsproces voordoet is niet zo vreemd. Het duurde echter wel lang, aangezien de oproep in 2008 al gedaan werd. Het is speculeren wat daaraan bijgedragen heeft. Mogelijk heeft een rol gespeeld, zoals we nog zullen zien, dat de NVGP recent een ingrijpend veranderingsproces achter de rug had. Dat proces, waarbij zelfs de naam van de vereniging gewijzigd werd, was in 2004 tot een afronding gekomen. Opmerkelijk is nu dat Berk (2008) bij herhaling verklaarde dat dit veel te laat op gang was gekomen en veel te lang had

geduurd vanwege 'rechtlijnigheid' en een 'dogmatische geest'. Dat doet vermoeden dat de weg naar regulering ('norming') gepaard gaat met verschil, al dan niet conflictueus, van inzicht ('storming').

Leerboek Groepspsychotherapie

Het duurde maar liefst zeventien jaar voordat er een nieuw *Leerboek Groepspsychotherapie* verscheen (Verhagen & ter Haar, 2022). De missie was, met erkenning van het meer dan verdienstelijke werk van Berk als het gaat om leerboeken groepspsychotherapie, de groepspsychotherapie geactualiseerd, wetenschappelijk gefundeerd en in volle omvang op de kaart te zetten. Centraal staat dan ook het tweede deel, hoofdstuk 8-13, waarin zes hoofdstukken gewijd worden aan het dubbele referentiekader. Want zo wordt er inmiddels gewerkt! Het gaat erom dat groepsdynamica of het interpersoonlijk model gecombineerd worden met MBT, CGT, schematherapie, dialectische GT, GIT-PD. Echter, ook het Britse groepsanalytische model (hoofdstuk 12) wordt op die wijze gecombineerd, bijvoorbeeld met MBT (Karterud, 2015).

In dit artikel willen we vooral stil staan bij een paar hoofdstukken uit het eerste deel, waarin de wetenschappelijke evidentie aan de orde komt in de hoofdstukken hoe psychotherapie werkt, en hoe onderzoek naar de effectiviteit van groepspsychotherapie kan worden opgezet, en wat de stand van zaken is ten aanzien van de uitkomsten van dergelijk onderzoek. Eigenlijk wordt daarmee ook een uitdaging als aspect van de missie geformuleerd, namelijk om tot innoverend onderzoek naar groepen en hun therapeutische werking te komen.

Verbreiding...

Colijn (2022) neemt empirisch (en soms experimenteel) onderzoek als uitgangspunt: vanuit neurobiologisch onderzoek komt er aandacht voor emoties, vanuit ontwikkelingspsychologisch onderzoek voor gehechtheid en vanuit beide voor trauma. Daarmee brengt hij nadrukkelijk een verbreding (en verdieping) aan als het gaat om de verklaring van veranderings- en werkingsmechanismen in psychotherapie. Daarnaast komt er vanuit het veld van het psychotherapeutisch onderzoek zelf aandacht voor de persoon of competenties van de psychotherapeut en voor de therapeutische relatie. Van de bestaande (oude) theoretische scholen ontstaat zo een verschuiving naar empirisch gefundeerde, schooloverstijgende en transdiagnostische fenomenen die in vergelijkend onderzoek tussen verschillende psychotherapeutische behandelvormen zichtbaar zijn geworden. Zo ontstonden vanaf de jaren tachtig van de vorige eeuw therapievormen die niet exclusief van één verklaringsmodel uitgaan, maar juist proberen elementen uit verschillende verklaringsmodellen en de daarop gebaseerde therapievormen te combineren of te integreren. Voor het doorgronden van de problematiek van een groepslid is kennis over groepsdynamica en groepscohesie nodig, maar evenzeer kennis over de werking van de hersenen inzake de emotieregulatie, over de vorming van gehechtheidsrelaties en hoe vervormingen daarin te bestrijden zijn, of over de rol van psychisch trauma. Daar komt bij dat een competente therapeut die kennis van deze zaken heeft ook in staat is om de therapeutische (groeps) relaties te hanteren en bij te sturen in de richting van verbetering van de groepsleden. Het gaat er dus niet om de oude theoretische

scholen aan de kant te zetten, aldus Colijn, maar om de waardevolle opbrengst aan effectieve behandelmethoden in een bredere, schooloverstijgende en transdiagnostische context op te nemen (Colijn, 2022, 42). Empirisch wetenschappelijk onderzoek zal aan deze ontwikkeling verder bijdragen.

... en verdieping

In zijn hoofdstuk over onderzoek naar groepspsychotherapie concludeert Van der Stel (2022) dat groepspsychotherapie effectief is voor de behandeling van een breed spectrum aan stoornissen en min of meer even effectief is als individuele behandeling.

Er is behoefte aan een innovatieve onderzoeksagenda

Toch is er relatief weinig bekend over de werkzame mechanismen in groepspsychotherapie. In feite is er behoefte aan een innovatieve onderzoeksagenda. Van der Stel stipt een aantal mogelijkheden aan in het doen van onderzoek, maar waarschuwt ook: het in kaart brengen van factoren en het statistisch zoeken naar oorzakelijke verbanden daartussen is slechts een oppervlakkige benadering van wat een werkzaam mechanisme is. Het geeft slechts aan dat een factor aanwezig is, maar dan is nog steeds niet verklaard waardoor specifieke uitkomsten tot stand komen. In zijn boek *Groepspsychotherapie en onderzoek* uit 2005 adviseerde Van der Stel al het volgende: 'Verhoog de aandacht voor theoretisch voorspelde mechanismen die de verandering (procesuitkomst) die in de therapie

optreedt, kunnen verklaren. [...] Richt veel conceptuele en empirische aandacht op de technische en personele aspecten van het leiderschap van de groep. [...] Doe moeite om consensus te vormen over de benodigde essentiële proces- en uitkomstmaten. In de onderzoeksliteratuur worden talloze meetinstrumenten gebruikt om verbetering bij patiënten te meten, en dit hindert de onderlinge vergelijkbaarheid van de studies' (2005, 160).

Een voorbeeld

Van den Heuvel (2022) illustreert de verschillende keuzes en dilemma's die zij als onderzoeker tegenkomt bij het opzetten en uitvoeren van een onderzoeksdesign (G-FORCE) waarbij drie vormen van groepspsychotherapie voor de behandeling van cluster C persoonlijkheidsstoornissen met elkaar vergeleken worden: een specifieke vorm van groepsschematherapie voor cluster C persoonlijkheidsstoornissen (GST-C), schema-gerichte psychodynamische groepstherapie (SFGT) en psychodynamische groepstherapie (PT). G-FORCE is een *pragmatic randomized controlled trial*, wat inhoudt dat interventies in de context van de dagelijkse klinische praktijk worden onderzocht en dat zoveel mogelijk bij de reguliere klinische praktijk wordt aangesloten. Doel is te onderzoeken of de persoonlijkheidsstoornis na behandeling is verminderd.

Het in de steigers zetten van klinisch onderzoek vereist teamwork en kost tijd, aldus Van den Heuvel (2022, p. 97). Er is veel overleg nodig met wetenschappers en managers, en met de medisch-ethische toetsingscommissie, wat een proeve in geduld en uithoudingsvermogen kan zijn, omdat de wens van de onderzoeker om te starten zo afhankelijk wordt van veel mensen en procedures. Toch

is het belangrijk hier de tijd voor te nemen, het zorgvuldig afstemmen van praktische en wetenschappelijke aspecten betaalt zich later terug. In aansluiting op Van der Stel zegt Van den Heuvel dat de werking van algemene factoren (groepscohesie, groeps-klimaat, de werkrelatie met de therapeuten) als een voorwaarde gezien moet worden om tot een effectieve behandeling te kunnen komen, maar dat het nog nauwelijks gelukt is om de werking van theoriespecifieke werkingsmechanismen aan te tonen, omdat gedegen onderzoek hiernaar beperkt is (Van de Heuvel, 2022).

En onderzoek naar groepsdynamica dan?

Het onderzoek van Van den Heuvel is gericht op het effect van groepsbehandelingen bij een specifieke stoornis. Maar hoe zit het nu met het onderzoek naar groepsdynamica? Schruijer (2020) stelt de vraag of er überhaupt nog wel wetenschappelijk onderzoek naar groepsdynamiek bestaat, waarmee ze bedoelt onderzoek naar de emotionele, vaak onbewuste dynamiek op het niveau van de groep-als-geheel. In een steekproef van twaalf internationaal vooraanstaande tijdschriften in het tijdvak juli 2019 – juni 2020 bekeek ze de ongeveer zeshonderd publicaties, waarvan er honderd onderzoek naar groepen rapporteerden. Veertien van deze honderd gingen over bestaande groepen waarbij de analyse op groepsniveau gemaakt werd. Slechts één hiervan kon met enige welwillendheid door Schruijer als groepsdynamisch onderzoek genoemd worden, dus gericht op het emotionele klimaat, maar zonder op zoek te gaan naar de diepere, onbewuste dynamiek. Er waren 39 studies die zeiden groepsdynamisch onderzoek te doen, maar in feite de groep als een

optelsom van de individuele groepsleden beschouwden, en de rest werd gedaan op individueel analyseniveau.

Anders gezegd, het onderzoek naar stoornis-specifieke behandelingen in groepstherapieën zal ongetwijfeld een belangrijke plaats in blijven nemen, maar het onderzoek naar groepsdynamische processen lijkt in de lijn van wat Van der Stel aandroeg een grotere, want complexere, uitdaging. Het laat ook meteen zien dat leerboeken geen afgerond geheel vormen maar een tussenbalans opmaken die zichtbaar maakt wat er is en wat er nog ontbreekt. Dat is van belang voor opleiding en praktijk en wil uitdagen tot een innoverend vervolg.

Het dubbele referentiekader

We merkten hiervoor al op dat de NVGP aan het begin van deze eeuw een tamelijk ingrijpend veranderingsproces doormaakte. Dat had alles te maken met de jarenlange dominantie van de groepsdynamisch georiënteerde groepsanalytische benadering van groepspsychotherapie. Met groepsdynamisch bedoelde men de inzichten uit vooral de sociale psychologie, met groepsanalytisch bedoelde men het psychoanalytische gezichtspunt. Wie in oude jaargangen van de voorloper van *Groepen* kijkt – het tijdschrift heette aanvankelijk *Groepspsychotherapie* als verenigingsblad van toen nog de Nederlandse Vereniging voor Groepspsychotherapie – ziet dat het rommelt: het referentiekader wordt steeds nadrukkelijker ter discussie gesteld. Maar het duurde te lang en verliep te traag, aldus nogmaals Berk (2008). Hij beschrijft hoe de Amerikaanse groepspsychotherapie de omslag al in de jaren vijftig maakte (Berk, 2009, p. 63-69). Dat valt precies in de periode

die hij aanduidde met de term 'storming' (Berk, 1997). Het lijkt erop dat we in de Nederlandse context een eigen variant op het spoor komen van deze 'storming', maar wel zo'n dertig jaar later. Vanaf de jaren tachtig kreeg het interpersoonlijke model van Yalom (Yalom & Leszcz, 2020) grote invloed op het groepstherapeutisch denken en werken in Nederland. De rest is geschiedenis.

Groepsdynamica als eerste referentiekader wordt het bepalende gezicht van de NVGP, die met behoud van dezelfde afkorting haar naam veranderde in Nederlandse Vereniging voor Groepsdynamica & Groepspsychotherapie. De opvatting over groepsdynamica was sterk bepaald door het Amerikaanse sociaalpsychologische onderzoek.

Wat is nu het verschil tussen het interpersoonlijke en groepsdynamische referentiekader? Het eenvoudigste antwoord luidt dat het interpersoonlijke kader een verklaringsmodel is voor psychische klachten die de uitkomst zijn van moeilijkheden in het interpersoonlijke domein. Yalom en Leszcz formuleren het interpersoonlijke uitgangspunt in nog fundamentele zin: '*we are obliged to consider the human being in the matrix of his or her interpersonal relationships*' (Yalom & Leszcz, 2020, p. 330). In dat licht kunnen we ook wel plaatsen dat interpersoonlijk leren en cohesie in deze benadering zo'n belangrijke rol spelen (zie ook Colijn, 2022, p. 45). Het groepsdynamische referentiekader betreft de groepsdynamica als een verzamelterm voor een (niet vastgelegde) reeks van processen die zich in groepen afspeelt. Het gaat te ver om te zeggen dat ze in elk handboek weer anders heten, maar helemaal onwaar is het niet. De mogelijke verwarring ontstaat doordat termen nu eens

in het ene dan weer in het andere kader gebruikt worden zonder dat er werkelijk verschil lijkt te zijn. Zo is cohesie op basis van het vele empirische onderzoek wellicht de belangrijkste groepsdynamische factor, terwijl het ook bij Yalom en Leszcz een centrale plaats heeft onder de titel therapeutische factor (Kelfkens, 2022).

Het vervolg is een kwestie van tijd. In het competentieprofiel van de specialistisch groepstherapeut wordt vastgelegd dat de specialistisch groepstherapeut NVGP verschillende theorieën van de groepstherapie kent en hanteert, met specifieke vermelding dat het interpersoonlijk model van Yalom en Leszcz bekend is en in de praktijk toegepast wordt (2023, NVGP).

Dan is het nog een stap voor de NVGP om in 2023 te besluiten dat het interpersoonlijk model van Yalom en Leszcz (2020) officieel het tweede referentiekader wordt naast dat van de groepsdynamica, zonder iets af te willen doen aan welke diversiteit ook (Daemen, 2023).

Hoeveel referentiekaders?

Nu dreigt er enig misverstand. Groepsdynamica, een specifieke behandelmethode (MBT, CGT, schematherapie, IPT, DGT) en het interpersoonlijke model, over hoeveel referentiekaders hebben we het nu? In het ene geval gaat het om groepsdynamica en een specifieke behandelmethode, zoals bij De Haas (2022). In het andere geval gaat het om groepsdynamica en het interpersoonlijke model, zoals geformuleerd door de NVGP. Critici zouden kunnen tegenwerpen dat het laatste nogal dubbelop lijkt. Het interpersoonlijke model van Yalom en Leszcz kan immers opgevat worden als een variant van een groepsdynamische benadering. Het betekent in ieder geval wel dat er niet geko-

zen is voor een andere groepsdynamische benadering zoals het Britse groepsanalytische model. Het voornaamste verschil zit in het type groepsdynamische processen dat de voorrang krijgt. In het Britse model zijn dat de opvattingen van Foulkes en Bion en niet zozeer de Amerikaanse sociaalpsychologische benadering van groepsdynamica. Met wat ondertussen het dubbele referentiekader is gaan heten, wordt toch vooral het eerste bedoeld: groepsdynamica gecombineerd met een specifiek therapeutisch referentiekader. Zo vinden we het ook in de NVP Factsheet over groepspsychotherapie bij volwassenen (2021).

Het besluit van de NVGP om het interpersoonlijk model als tweede referentiekader naast dat van de groepsdynamica te plaatsen staat dus niet op zichzelf. Het is de uitkomst van een jarenlang proces dat in 1997 door het bestuur in gang werd gezet, dat in 2004 tot een voorlopige tussenstand bereikte, en in 2023 tot een (voorlopige?) afronding kwam. Een van de opmerkelijke aspecten van dit hele proces is dat bij de tussenstand in 2004 zoals gezegd de naam van de vereniging werd gewijzigd. In die naamswijziging zat onmiskenbaar al het hele idee van een dubbel referentiekader verpakt.

Tot slot, evaluerend

Hoewel de feitelijke fase van pionieren ('forming') inmiddels ver achter ons ligt en de NVGP staat voor een groep psychotherapeuten die ruimschoots de werkfase ('performing') heeft bereikt, vraagt dat laatste om voortdurend onderhoud. De recente geschiedenis van de groepspsychotherapie in Nederland zoals in dit artikel aangeduid met een drietal gebeurtenissen, laat dat duidelijk

zien. Dat onderhoud verliep niet zonder slag of stoot, of in de termen van Tuckman zonder 'storming' en 'norming'.

Telkens weer nieuwe varianten zoals online-groepspsychotherapie moeten een plek krijgen. De beweging in het psychotherapeutisch veld is schooloverstijgende en trans_ diagnostisch gericht. Het onderzoek is niet af. We zijn het met Burlingame (2023) eens, die er om een reeks van redenen van overtuigd is dat de toekomst van de groepspsychotherapie rooskleurig is. Dat kan men toeschrijven aan onderzoek en alles wat dat oplevert. Dat kan niet het enige zijn. Het is

Conflicten dragen bij aan een nieuwe regulering, en dat is winst ten gunste van de taak

ook het genoemde onderhoud. Conflicten dragen bij aan een nieuwe regulering, en dat is winst ten gunste van de taak.

Met Burlingame delen wij dus het optimisme, maar achteroverleunen – misplaatste uitdrukking in het psychotherapeutisch jargon – is er natuurlijk niet bij. Er blijft het nodige te wensen over, ook weer ter ondersteuning van het onderhoud van de werkfase. De *Praktijkrichtlijnen groepsbehandeling* vragen steeds weer om actualisatie. Het schaarse onderzoek in Nederland naar de werking van groepstherapie zou zich toch ook meer op procesonderzoek moeten willen richten en op de rol van de groepspsychotherapeut. Daarnaast stelt het werken vanuit een dubbel referentiekader hoge eisen aan de

competenties van de groepstherapeut en zijn of haar leiderschapskwaliteiten, terwijl daar nu weinig onderzoek over te vinden is. Met voortschrijdend onderzoek, met het aansluiting vinden bij de sterke onderzoeks-traditie in de Verenigde Staten maar ook in andere landen, en met het promoten van de groepstherapie bij patiëntenverenigingen, in teams van ggz-instellingen, bij beleids-makers en zorgverzekeraars, kan groeps-

therapie met recht en reden nog sterker op de kaart worden gezet. Patiënten die vertellen over hun ervaringen in de groep kunnen een aanzienlijke rol spelen bij de drempelverlaging voor patiënten of individueel georiënteerde therapeuten die nog steeds denken dat een groep minder te bieden heeft dan een individuele be-handeling. Niet het individu is primair, maar de groep.

- ¹ Bruce W. Tuckman (1938-2016) was een Amerikaanse sociaalpsycholoog die in 1965 zijn eerste versie van een ontwikkelingsmodel van kleine psychotherapie groepen presenteerde. Aanvankelijk stelde hij vier, later vijf fasen op: *forming* (vormfase), *storming* (stormfase, conflict), *norming* (normfase, regulering), *performing* (werk- of prestatiefase) en *adjourning* (afscheidsfase, beëindiging). In die fasen gaat het telkens om twee lijnen: de interpersoonlijke dynamiek en de taakgerichtheid. Zijn model wordt nog altijd gebruikt en wordt in de Amerikaanse Clinical Practice Guidelines uitvoerig besproken (Bernard, e.a., 2008, p. 487-491).
- ² Overigens heeft Berk in later werk dit idee niet vastgehouden. Zijn uitgebreidere geschiedenis van de groepspsychotherapie uit 2009 deelde hij in aan de hand van decennia (Berk, 2009).

Piet Verhagen (p.verhagen@ggzcentraal.nl) is psychiater en groepspsychotherapeut bij GGz Centraal en bijzonder hoogleraar aan de KU Leuven.

Arnout ter Haar is psychotherapeut en werkt als coach in eigen praktijk.

Refereren aan:

.....
Verhagen, P. & Haar, A. ter (2024). Recente ontwikkelingen in groepspsychotherapie en een blik op de toekomst. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 19(4), p. 33-47.

Literatuur

.....
Aalders, H. & Krijnen, I. (2019). Het combineren van groepsdynamiek en specifieke psychotherapeutische behandelmethoden. In R.W. Koks & P. Steures (red.) (2019). *Praktijkrichtlijnen groepsbehandeling* (p. 122-134). www.groepspsychotherapie.nl/praktijkrichtlijnen

Aalders, H, Daemen, M. & Hest, K. van (2021). Het Zorgprestatie-model. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 16(4), p. 10-23.

Barlow, S.H., Burlingame, G.M. & Fuhriman, A. (2000). Therapeutic application of groups: From Pratt's 'thought control classes' to modern group psychotherapy. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 4(1), p. 115-134.

- Berk, T. (1997). *Een geschiedenis van de groepspsychotherapie*. Deventer: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Berk, T. (2005). *Leerboek Groepspsychotherapie*. Utrecht: De Tijdstroom.
- Berk, T. (2008). Een bruikbaar verleden. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 3(1), p. 18-28.
- Berk, T. (2010). Groepstherapie, toen en nu. Een essay over de ontwikkeling van de groepspsychotherapie van 1900 tot 2010.
- Bernard, H., Burlingame, G., Flores, Ph., Greene, L. Joyce, A., Kobos, J.C., Leszcz, M., MacNair Semands, R.R., Piper, W.E., Slocum McEaney, A.M. & Feirman, D. (2008). Clinical practice guidelines for group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 58(4), p. 455-542.
- Burlingame, G.M. (2023) The future of group therapy is bright! *International Journal of Group Psychotherapy*, 73(1), p. 1-19.
- Burlingame, G.M. & Jensen, J.L. (2017). Small group process and outcome research highlights: A 25-year perspective. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(1), p. 194-218.
- Burlingame, G. & Strauss, B. (2021). Efficacy of small group treatments: Foundation for evidence-based practice. In M. Barkham, L. Castonguay, & W. Lutz (eds.), *Bergin & Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (7th ed., p. 591-631). New York: Wiley & Sons.
- Burlingame, G.M., Strauss, B. & Joyce, A.S. (2013). Change mechanisms and effectiveness of small-group treatments. In Lambert M.J. (ed.), *Bergin & Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6th ed., p. 640-689). New York: John Wiley & Sons.
- Colijn, S. (2022). Hoe werkt psychotherapie? In: P.J. Verhagen & A. ter Haar (red.). *Leerboek Groepspsychotherapie* (p. 31-44). Amsterdam: Boom | De Tijdstroom.
- Daemen, M.H.L. (2023). Diversiteit is onze kracht. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 18(2), p. 9-14.
- Haar, A. ter & Verhagen, P.J. (2022). Een beknopte geschiedenis van de groepstherapie. In: P.J. Verhagen & A. ter Haar. *Leerboek Groepspsychotherapie* (p. 17-28). Amsterdam: Boom | De Tijdstroom.
- Haas, W. de (2020). *Groepsbehandeling en teambegeleiding in de zorg. Een praktische handleiding op basis van de groepsdynamica. Tweede herziene editie*. Amsterdam: Boom.
- Haas, W. de (2022). Groepsdynamische processen. In: P.J. Verhagen & A. ter Haar (red.), *Leerboek Groepspsychotherapie* (p. 47-59). Amsterdam: Boom| De Tijdstroom.

Hegger, A. (2023). Een vitaliserend nieuw leerboek. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica en groepspsychotherapie*, 18(4), p. 55-64.

Hest, F. van & Vitale, S. (2022). Groepspsychotherapie in een cultuurdiverse omgeving. In: P.J. Verhagen & A. ter Haar (red.), *Leerboek Groepspsychotherapie*. Amsterdam: Boom | De Tijdstroom.

Heuvel, B. van den (2022). Opzetten en uitvoeren van onderzoek naar groepstherapie in de praktijk: de G-FORCE-studie. In: P.J. Verhagen & A. ter Haar (red.), *Leerboek Groepspsychotherapie* (p. 95-104). Amsterdam: Boom | De Tijdstroom.

Kelfkens, L. (2022). Interpersoonlijke groepspsychotherapie. In: P.J. Verhagen & A. ter Haar (red.), *Leerboek Groepspsychotherapie* (p. 63-74). Amsterdam: Boom | De Tijdstroom.

Koks, R.W. (2018). Wat weten we eigenlijk over groepen? *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica en groepspsychotherapie*, 13(4), p. 32-43.

Koks, R.W. & Haas, W. de (2022). De nieuwe Burlingame is uit! *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica en groepspsychotherapie*, 17(3), p. 53-63.

Koks, R.W. & Steures, P. (2017). Praktijkrichtlijnen groepsbehandeling. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica en groepspsychotherapie*, 12(4), p. 7-14.

Koks, R.W. & Steures, P. (red.) (2019). *Praktijkrichtlijnen groepsbehandeling*. www.groepspsychotherapie.nl/praktijkrichtlijnen

Koks, R.W., Steures, P. & Haar, A. ter (2021). Dutch design: Practice guidelines for group treatment in the Netherlands. *International Journal of Group Psychotherapy*, 71(3), p. 424-440.

NVGP (2023). *Competentieprofiel specialistisch groepstherapeut NVGP*. https://www.groepspsychotherapie.nl/nvgp/_sitefiles/file/competentieprofielen/competentieprofiel-specialistisch-groepstherapeut-nvgp-18-04-23-def.pdf

NVP Wetenschapsraad (2021). *Groepspsychotherapie bij volwassenen. Stand van zaken en praktijk*. NVP publicaties en factsheets - NVP (psychotherapie.nl)

Schlapobersky, J.R. (2015). Group psychotherapy in the United Kingdom. *International Journal of Group Psychotherapy*, 65(4), p. 569-581.

Schruijer, S. (2020). Over de afwezigheid van een groepsdynamisch perspectief in het wetenschappelijk onderzoek naar groepen. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 15(4), p. 29-39.

Snijders, H. & Berk, T. (2008). Een blik over de grenzen. De AGPA-richtlijnen groepspsychotherapie. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 3(3), p. 32-45.

Stel, J.C. van der (2022). Onderzoek naar groepspsychotherapie. In: P.J. Verhagen & A. ter Haar (red.). *Leerboek Groepspsychotherapie* (p. 77-91). Amsterdam: Boom | De Tijdstroom.

Verhagen, P.J. (2020). Met de Praktijkrichtlijnen in de hand. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 15(2), 8-19.

Verhagen, P.J. & Hegger, A. (2024). De religiositeitskloof. *Psyche & Geloof*, 35(3), in druk.

Verhagen, P.J. & Haar, A. ter (2022). *Leerboek Groepspsychotherapie*. Amsterdam: Boom | De Tijdstroom.

Yalom I.D. & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy* (6th ed.). New York: Basic Books.

.....