

# Het focaal conflict in groepstherapie: theorie en model

Het groepsfocaal conflict is een model en een theorie van Whitaker en Lieberman uit 1964, dat ook nu nog goed helpt om complexe groepsprocessen te begrijpen en vanuit dit inzicht deze processen te beïnvloeden. Het model is destijds ontwikkeld in het kader van ongestructureerde therapeutische groepen waarin middels vrije interactie persoonlijke ontwikkeling voor de deelnemers werd beoogd, maar het laat ook toe de groepsdynamiek in een meer gestructureerd groepsaanbod te begrijpen en te beïnvloeden, evenals in andere settingen waar groepsprocessen een rol spelen, zoals teams, afdelingen en organisaties.

Door **Caroline Vanderhallen**  
en **Corine van der Veer**

In Europa hebben Bion en Foulkes eigen theorieën over groepsprocessen ontwikkeld in het werk met gewonde soldaten tijdens en in de jaren volgend op de Tweede Wereldoorlog. Deze grondleggers van de groepsanalyse gingen ervan uit dat een individu en een groep weliswaar aparte 'entiteiten' zijn, maar dat de dynamische processen in het individu en in de groep met elkaar verbonden zijn (Leroy, 2009). Groepsanalytisch werken vertrekt vanuit de basisgedachte dat de psychische groei en ontwikkeling van een persoon én de transformatie van de groep of de context wederzijds aan elkaar zijn. Dit geldt zowel voor therapeutische contexten als voor contexten die aan werk en ontwikkeling gerelateerd zijn. Een betekenisvolle verandering in een groep, organisatie of systeem kan alleen maar plaatsvinden als er in en tussen de leden zelf een transformatie plaatsvindt. En omgekeerd.

Centraal hierin staat de aanname dat 'het gedrag van een persoon in een groep waartoe hij behoort, en met gedrag bedoelt men alles wat de persoon, zegt, toont, denkt, voelt en droomt, tegelijk een uitdrukking is van de dynamiek van de persoon zelf als van de dynamiek van de groep (organisatie) waartoe hij behoort' (Le Roy, 2009).

Het psychisch en relationeel functioneren van een individu in een groep kan je niet benaderen als een autonoom, op zich staand gegeven. Het maakt een essentieel deel uit van het geheel dat door de groep wordt gevormd (de leden, de begeleider, hun relaties, de problematiek, de situatie, de context, de cultuur) (Le Roy, 2009). De groepsfocaal-conflicttheorie (GFC) is ontwikkeld in de late jaren vijftig, begin jaren zestig door een aantal psychotherapeuten in Chicago, onder wie Whitaker en Lieberman, die eveneens werkten met gehospitaliseerde veteranen. Zij waren op de hoogte van de ontwikkelingen in Europa, maar de groepsanalytische theorie sloeg naar hun idee

### *Het verstorende en het reactieve motief blijven bestaan en behouden hun emotionele lading*

onvoldoende de brug tussen het denken over de groep als geheel en de individuele, intrapsychische dynamiek. Deze groep psychotherapeuten, aangespoord door Thomas French, deed onderzoek naar groepsdynamische processen in behandelgroepen. French zelf had een sterke invloed op de theorievorming in deze denktank, waar het psychodynamisch denken toentertijd gemeengoed was. Naast de concepten uit het groepsdynamische en groepsanalytische gedachtengoed van Bion en Foulkes heeft ook de focaal-conflicttheorie van Thomas French een belangrijke invloed gehad op de ontwikkeling van de groepsfocaal-conflicttheorie en het model.

### **Het individueel focaal conflict**

Het individueel focaal conflict is een concept dat verwijst naar de kernconflicten en geassocieerde oplossingen die vroeg in het leven ontstaan binnen de context van familiedynamiek of traumatische gebeurtenissen. Deze conflicten bevatten drie elementen: een verstorend motief (wensen of impulsen), een reactief motief (angst, schuld, schaamte) en oplossingen. Het is een van oorsprong psychoanalytische theorie, ontwikkeld vanuit het perspectief van een individu, die stelt dat gedurende de ontwikkeling van een kind conflicten ontstaan over de bevrediging van verlangens (het 'disturbing motive') die verbonden worden met onlust of angstgevoelens ('reactive motive'). Voor de bevrediging van verlangens worden dan 'oplossingen' (Thomas M. French<sup>1</sup>) of 'compromisformaties' (Charles Brenner) gevonden. Compromis verwijst naar: zoveel mogelijk wensvervulling met zo min mogelijk angst. Hiervoor bestaat in beginsel een realiteitsfactor, maar door herhaling krijgt het een chronisch karakter en wordt het geïnternaliseerd. Het verstorende motief en een reactief motief blijven bestaan als de tijd voortgaat, en behouden hun emotionele lading. De persoonlijke oplossingen ook, maar die worden ook gemodificeerd als het kind opgroeit. De persoon ervaart deze oplossingen als noodzakelijk voor de psychologische overleving en blijft er gebruik van maken, ook als deze negatieve consequenties blijken te hebben. Een gemodificeerde oplossing wordt dan zichtbaar in een gedragspatroon, een bepaalde houding tegenover de wereld, een aanname over zichzelf en de ander, de omgeving. Het kernconflict wordt hierdoor opnieuw ervaren

in actuele sociale en interpersoonlijke settingen, soms heel duidelijk herkenbaar als het kernconflict, soms omgevormd al naargelang de actuele situatie (Whitaker, 2001).

Ter illustratie volgend voorbeeld. Verstorend motief: Anna, een vrouw van middelbare leeftijd, heeft altijd een diep verlangen gehad om erkend en gezien te worden door anderen. Dit verlangen komt voort uit haar jeugd, waarin ze vaak werd genegeerd door haar ouders en broers en zussen en zich onzichtbaar voelde. Reactief motief: Anna ervaart een intense angst voor verwaarlozing en afwijzing. Ze is bang dat als ze niet opvalt, ze opnieuw onzichtbaar zal zijn en niet de aandacht zal krijgen waar ze zo naar verlangt. Oplossing/compromis: om haar angst te verminderen, plaatst Anna zichzelf consequent op de voorgrond in sociale situaties. Ze praat luid, deelt persoonlijke verhalen en zoekt bevestiging van anderen. Ze vermijdt situaties waarin ze niet het middelpunt van de aandacht kan zijn. Dit focale conflict beïnvloedt Anna's gedrag en haar relaties negatief. Hoewel ze tijdelijk voldoening vindt in de aandacht die ze krijgt, blijft haar diepe verlangen naar aandacht onvervuld.

### Het groepsfocaal conflict

In de GFC-theorie komen de concepten van de group-as-a-whole, ontwikkeld in het groepsdynamisch en groepsanalytisch werken met groepen van Foulkes en Bion enerzijds en de psychodynamische theorie van het focaal conflict van French anderzijds samen. Het GFC beschrijft de wisselwerking tussen de verschillende individuele focale conflicten met de onderliggende, verborgen en onbewuste groepsdynamiek, zie figuur 1.



Figuur 1: Groepsfocaal conflict

Het groepsfocaal conflict onthult ons iets over de latente, onbewuste fenomenen in groepen en hoe deze tot uitdrukking komen in de zichtbare of manifeste groepsinteracties. De originaliteit van Whitaker en Lieberman is dat zij met hun model een verbinding gelegd hebben tussen de groepsdynamiek en de individuele intrapsychische dynamiek van de groepsleden en hoe deze beide dynamieken elkaar beïnvloeden. Het groepsfocaal conflictmodel stelt dat de manifeste inhoud, inclusief de attitudes en interacties binnen de groep, kan worden

gezien als een uitdrukking van een samen-  
spel tussen een gedeeld verlangen of gevoel  
(het verstorende motief) en een 'reactieve  
tegenkracht'. Deze reactieve tegenkracht  
omvat gedeelde angsten, schaamte of  
schuldgevoelens.

Dit spanningsveld stelt de groep voor een  
uitdaging om een oplossing te creëren, een  
compromis tussen de krachten die elkaar  
tegenwerken. Dit compromis is primair  
gericht op het verminderen van reactieve  
angsten, maar probeert ook een maximale  
bevrediging te verkrijgen van de storende  
wens (Whitaker en Lieberman, 1964). Dit is  
geen bewuste, cognitieve aangelegenheid,  
maar een onbewuste activiteit om span-  
ningen te verminderen in de groep en in  
zichzelf.

In de hier-en-nu interacties in een groep  
kunnen de individuele focale conflicten aan  
de oppervlakte komen. Deze zijn te herken-  
nen in de thema's die ingebracht worden,  
en ook aan hoe deze thema's besproken  
worden. Er ontvouwt zich een gesprek  
waarbij opeenvolgende manifeste thema's  
op een vaak associatieve manier met elkaar  
verbonden zijn. Via resonantie worden  
gevoelens, fantasieën en herinneringen bij  
elkaar opgeroepen. Samen vormen deze  
onderwerpen een achtergrondthema dat  
zich opbouwt en gedurende een tijd (één of  
meerdere groepsessies) actief is en lost  
dan op om plaats te maken voor een ander  
thema. Een achtergrondthema is de grootste  
gemene deler van de manifeste inhoud bij  
de verschillende individuele leden van de  
groep, niet noodzakelijkerwijs alle leden. De  
essentie is dat de verschillende thema's in  
relatie staan tot onderliggende onbewuste  
verlangens, wensen en impulsen en hun  
reactieve angst daarop.

*Sarah vertelt in de jongvolwassen-groep dat  
ze zich deze week erg slecht heeft gevoeld.  
Aanleiding was dat een aantal vriendinnen  
haar niet had meegevraagd op een weekendje  
weg. Coen haakt aan: ook hij heeft een  
moeilijke week gehad, hij heeft een nieuwe  
baan en is nog erg zoekende hoe hij om moet  
gaan met zijn nieuwe collega's. Er wordt verder  
gepraat en het gesprek gaat dan over de  
feestdagen, sommigen gaan het thuis vieren,  
sommigen met vrienden en anderen weten het  
nog niet. Natascha worstelt hiermee, ze weet  
niet of ze wel met het nieuwe samengestelde  
gezin van haar vader en stiefmoeder kerst wil  
vieren, ze voelt zich niet helemaal welkom.  
Eva is opvallend stil. De therapeut houdt zich  
langere tijd op de achtergrond, het gevoel  
bekruipt hem dat hij als een buitenstaander  
naar de verhalen van deze jongeren luistert,  
en voor het eerst vraagt hij zich af of hij niet te  
oud wordt voor werken met deze doelgroep.*

***Het groepsfocaal  
conflict verandert  
voortdurend en komt  
soms gelijktijdig  
op verschillende  
niveaus voor***

*Dat brengt hem op het spoor van een onderlig-  
gend groepsfocaal conflict: het gaat over het  
verlangen om erbij te horen, en de angst om  
buitengesloten te worden, een buitenstaander  
te zijn. Dit legt hij de groep voor: hoe is dat hier  
in de groep? Hij kijkt hierbij Eva ook nadrukke-  
lijk aan. Er ontstaat een intiem gesprek over  
de angst om buiten de groep te vallen.*

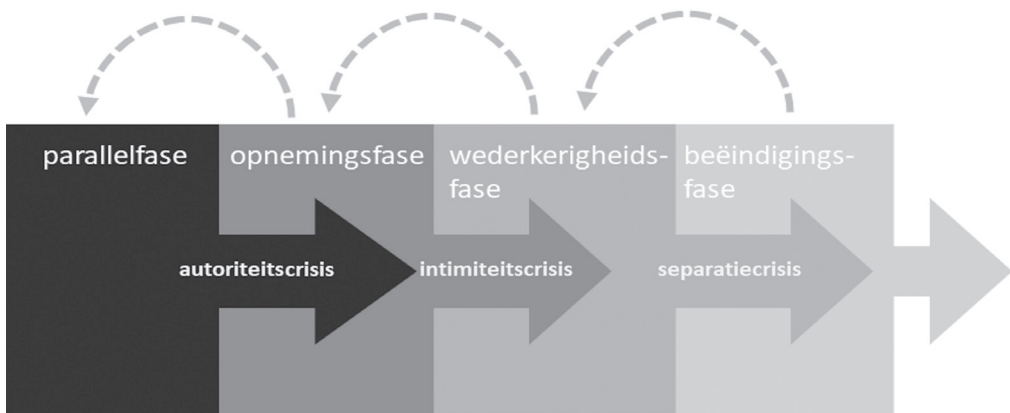
## Focale conflicten in groepsfasen

Het groepsfocaal conflict is geen statische eenheid, maar representeert een dynamische entiteit die voortdurend verandert en soms gelijktijdig op verschillende niveaus voorkomt. In de groepstherapie is de focus gericht op het actuele groepsfocale conflict, waarbij de therapeut tracht te werken binnen het hier-en-nu van de groep, terwijl ook rekening wordt gehouden met eerdere en opkomende groepsfocale conflicten. Groepsvorming volgt een ontwikkelingslijn richting meer autonomie, en verloopt in verschillende fasen zoals beschreven door verschillende theoretische modellen, waarvan Levine's model (1982) een van de bekendste is. Deze fasen bieden klinisch bruikbare inzichten om specifieke groepsfenomenen te begrijpen binnen de context van groepsontwikkeling, wat op zijn beurt de keuze van interventies en leiderschapstijlen richting kan geven.

Een van de manieren waarop de groepstherapeut zich verbindt met de groepsdynamiek

is door zich bewust te worden van het actuele groepsfocale conflict en de opkomende conflicten die aan de horizon van de groep waarneembaar zijn. Hoewel het laatste moeilijker waarneembaar is, kan het fungeren als een richtingaanwijzer voor het groepsproces, waardoor de therapeut een glimp opvangt van toekomstige uitdagingen.

Zicht op het groepsfocaal conflict in relatie tot de fase van de groep krijgt de therapeut door zichzelf de vragen te stellen: waarmee worstelt de groep op dit moment? Wat belemmert de groep in het hier-en-nu om vooruit te kunnen komen, om autonomer te worden? Opdat een groep tot wasdom, tot volwassenheid komt, moeten er uitdagingen overwonnen worden, vaak dilemma's of groepsfocale conflicten. Deze zijn in elke fase te identificeren, maar vooral in de beginfase en in de overgangen tussen de fasen, de 'crises' genoemd, zien we het duidelijkst een spanningsveld terug tussen verstorende en reactieve motieven (Robbertz & Wolters, 2019).



Figuur 2: Fasenmodel van Levine (1982)

<b>FASE</b>	<b>Verstorend motief (wens/impuls)</b>	<b>Reactief motief (angst, schaamte, schuld)</b>	<b>Open oplossingen</b>	<b>Gesloten oplossingen (afweermechanismen van de groep)</b>
Parallelfase	Erbij willen horen	Afgewezen worden	Herkenning zoeken, gelijkenissen bespreken	Beurten geven
Autoriteitscrisis	Autonoom willen zijn	Zorg en steun verliezen	Bespreken wat men anders zou willen. Onvrede adequaat uiten	Niet meer komen, ageren vanuit woede, opstandig gedrag zonder woorden, passief agressief niet meewerken aan de therapeutische taak, geen huiswerk maken
Intimiteitscrisis	Emotionele intimiteit, kwetsbaarheid delen	Afwijzing, niet gehoord of gezien voelen	Diepere gevoelens delen in afstemming met elkaar	Een groepslid 'uithoren' over kwetsbare thema's zonder zelf mee te doen. Geen kwetsbare gevoelens uiten of delen
Separatiecrisis	Eigen weg willen gaan, losmaking	Verlieservaring	'Rouwen' en afscheid nemen in verbinding	Ontkenning van afscheid, tegen afhankelijk gedrag, drop-out, devalueren, onthecht zijn

*Tabel 1: Fasen, motieven en oplossingen*

Bij het interpreteren van de groepsfocale conflicten moet de groepstherapeut voorzichtig zijn met stereotypen. Omgekeerd redeneren leidt tot pseudo-begrip en inadequate interventies. Bijvoorbeeld: 'We zitten in de parallelfase, dus het conflict gaat over erbij horen en angst voor afwijzing.' Of: 'Kritiek op therapeuten betekent dat we in de autoriteitscrisis zitten.' Dit is een simplistische toepassing van de theorie. Hoewel deze verbanden vaak voorkomen, blijft een goede therapeut kritisch kijken naar wat er werkelijk gebeurt, zoeken naar antwoorden voor schijnbaar onlogische verschijnselen, en als wetenschappelijke clinicus streven naar echt begrip.

*In supervisie bespreken we een groep die al een tijdje in de wederkerigheidsfase lijkt te zitten. De supervisor krijgt echter steeds meer kritiek van de groep op de stijl van de therapeuten, wat met veel spanning geuit wordt. Hij concludeert, op basis van het schema, dat de groep terug is in de autoriteitscrisis en past zijn interventies aan door de groep meer autonomie te geven. De kritiek neemt echter toe en de supervisor raakt verward. Samen onderzoeken we de situatie en we ontdekken dat achter de kritiek een diep verlangen naar emotionele verbinding met de therapeuten schuilgaat. Veel cliënten zijn emotioneel verwaarloosd en maken voor het eerst echt contact met hun verlangen naar*

*liefdevolle ouders. Maar dit is ook beangstigend en wordt overdekt met kritiek, om zo hun angst voor afwijzing door de therapeuten te reguleren als ze dit verlangen uiten. Het geven van meer autonomie wordt gezien als afstand nemen, zoals verwaarlozende ouders, waardoor de angst voor hun verlangen toeneemt. Met dit inzicht erkent de supervisant het onderliggende verlangen, waardoor het minder wordt afgeweerd. In de weken erna bespreken ze angst voor verlies van dierbaren, wat leidt tot emotioneel intieme sessies. De groepsleden komen dichterbij elkaar en de supervisant voelt zich sterk verbonden met de groep.*

### **Therapeutisch nut voor behandelgroepen**

De therapeutische relevantie van het groepsfocaal conflictmodel zien we vooral bij groepsbehandelingen die middels het vrije gesprek en de onderlinge interacties streven naar het verkrijgen van emotioneel doorleefd inzicht in de relatie tussen symptomen, levensloop en persoonskenmerken. Een aantal voorbeelden zijn groepspsychotherapieën vanuit een psychoanalytisch, cliëntgericht of interpersoonlijk kader. Het groepsfocaal conflictmodel is voor deze groepen sturend voor verdiepende en explorerende interventies. Voor meer gestructureerde groepsbehandelingen leent het focaal conflictmodel zich minder als richtinggevend voor interventies. Maar voor deze groepen is het kunnen identificeren van het groepsfocaal conflict toch een meerwaarde om te begrijpen wat er in de onderstroom gaande is.

### **Ongestructureerde, inzichtgevende groepen**

In inzichtgevende groepstherapieën streeft men naar toename van inzicht in onbewuste

gevoelens, verlangens en fantasieën, het verminderen van angst daarvoor en het ontwikkelen van adaptieve, 'gezonde' afweermechanismen. Lorentzen (2014) beschrijft hoe in dit soort groepen de opgedane inzichten en correctieve ervaringen in de groep gedragsveranderingen in en buiten de groep stimuleren, waardoor een verstoord zelfbeeld gaandeweg kan transformeren in een realistischer zelfbeeld, en disfunctionele interpersoonlijke gedragspatronen vervangen kunnen worden door nieuwe, functionelere patronen.

## *Omdat de conflicten gaan over universele menselijke verlangens en impulsen, kan iedereen deze bij zichzelf herkennen*

Door in het hier-en-nu de dynamiek van de gedeelde conflictdriehoek te observeren, kan de groepstherapeut interventies toepassen die de groep helpen bewust te worden van de onderliggende spanningen binnen de groep en hoe deze worden gehanteerd. Het is hiervoor niet nodig dat elk groepslid in gelijke mate participeert in dit groepsfocaal conflict. Omdat de conflicten gaan over universele menselijke verlangens en impulsen, kan iedereen deze bij zichzelf herkennen, inclusief de groepstherapeuten.

*In een groepssessie spreekt Anna over haar angst om afgewezen te worden bij sociale gelegenheden. Ze beschrijft een ervaring*

*waarin ze zich buitengesloten voelde tijdens een feestje en hoe dit haar angst versterkte. Terwijl Anna haar verhaal deelt, merkt de groepstherapeut dat sommige groepsleden geraakt zijn door Anna's verhaal maar oogcontact vermijden en het onderwerp veranderen. Dit wijst op een focaal conflict binnen de groep: de angst voor afwijzing en sociale uitsluiting. De therapeut besluit deze dynamiek bespreekbaar te maken. Zij wijst erop dat het gevoel van afwijzing dat Anna beschrijft mogelijk bij meerdere groepsleden herkenning oproept en nodigt uit dit te delen. Mark deelt een vergelijkbaar verhaal over zijn angst om niet geaccepteerd te worden door zijn collega's. Er komt een gesprek op gang waarin meerdere groepsleden openhartig hun eigen gevoelens van sociale angst en afwijzing delen. De therapeut benadrukt dat hoewel niet iedereen dit op dezelfde manier zal herkennen, de angst voor afwijzing een universeel menselijke ervaring is. Zij benoemt de diverse afweermechanismen die de groepsleden gebruiken om met deze angst om te gaan (zoals ontwijkend gedrag of zelfkritiek). Door deze interventie helpt de therapeut de groep bewuster te worden van de gedeelde spanningen en onderliggende emoties. Dit leidt ertoe dat groepsleden meer inzicht krijgen in zichzelf en anderen, waardoor ze beter in staat zijn om (gezamenlijk) aan hun angsten te werken. Ook de leden die in eerste instantie minder direct betrokken waren, resoneren mee met het thema.*

Uit dit voorbeeld wordt duidelijk dat het werken met het focaal conflict op groepsniveau niet wezenlijk verschilt met het werken op individueel niveau. Het therapeutisch werk bestaat uit het doorwerken van de afweer om de cliënt(en) bewuster te laten worden

voor onderliggende gevoelens, impulsen en angsten. De therapeutische houding is onderzoekend, nieuwsgierig en niet oordelend. De therapeut toont respect voor de afweer: dat wat de groep als oplossing creëert, zegt iets over de mogelijkheden van de groep op dat moment. De groepstherapeut is tegelijkertijd een expert en een emotioneel betrokken deelnemer (Rutan et al., 2014). Of zoals Yalom en Leszcz (2020) het omschrijven: een participerende observator. Het doorwerken in een groep is minder gericht op de individuele ontstaansgeschiedenis van de innerlijke conflicten, en meer op hoe deze in het hier-en-nu tot verdraaiingen en verstoringen leiden in relaties met anderen (Rutan et al, 2014).

### **Gesloten en open oplossingen**

Een andere therapeutische invalshoek in inzichtgevende groepen is het stimuleren van zo veel mogelijk open oplossingen voor een groepsfocaal conflict. Zodra zich in een groep een groepsfocaal conflict voordoet, gaan groepsleden zich inspannen om een oplossing te vinden die de angst vermindert en tegelijk de wens maximaal gratificeert. Oplossingen kunnen gesloten, beperkend of onproductief zijn, waarbij de angst zo veel mogelijk weg moet. Oplossingen zijn open, verruimend of productief wanneer deze zich richten op het bevredigen van de wens ondanks de angst.

Open en gesloten oplossingen bevinden zich op een continuüm. Het is de taak van de groepstherapeut om de groep te helpen tot open oplossingen te komen, waarin ruimte is voor verlangens, wensen en impulsen met weinig angst, of angst die verdragen kan worden en niet als catastrofaal beleefd



wordt. Van belang is dat de groepstherapeut alleen ingrijpt als de groepsoplossingen dusdanig gesloten zijn dat ze het werken aan de therapeutische taak belemmeren. Het is ook natuurlijk en acceptabel als er tijdelijk een beperkende oplossing in de groep leeft (Berk, 2011).

Een voorbeeld in de groep dat vaak voorkomt gaat over het verlangen om tijd in te nemen in een groepsgeprek terwijl de tijd van een sessie gelimiteerd is. Het groepsfocaal conflict gaat om een onderliggende spanning tussen de wens alle aandacht te krijgen, en de angst de woede van de groep over je af te roepen. Een groep lost dit soms op door een beurtrol te installeren waarin men zorgt dat iedereen aan bod komt en ongeveer evenveel tijd krijgt. Het ene verhaal wordt dan gevolgd door het andere zonder dit verder uit te diepen. Een andere manier is om zodra iemand iets zegt hier heel uitgebreid bij stil te staan omdat dit groepslid het meest nood heeft of lijkt te hebben aan aandacht en steun. In deze gevallen kan je spreken van een beperkende oplossing. De groep houdt immers voornamelijk rekening met de angst en er kan weinig van de impulsen, wensen en verlangens aan bod komen.

### **Valkuilen**

De invalshoek van de focus op de oplossing van het focaal conflict kan twee valkuilen met zich meebrengen. De eerste is dat de groepstherapeut directief gaat sturen op oplossingen die volgens hem/haar het meest wenselijk zijn. Zo kan een therapeutisch ideaal, zoals het delen van je emoties, een opgelegde groepsnorm worden waar groepsleden aan willen voldoen om de

therapeut te behagen. Hoewel het stimuleren van psychologisch gezonde copingstijlen op zichzelf niet noodzakelijk problematisch is, kan dit in een inzichtgevende groep het exploreren van onderliggende dynamieken belemmeren. Men krijgt minder zicht op hoe groepsleden zelf tot een bepaalde oplossing komen die mogelijk pathologische patronen in zich herbergen. Het is cruciaal dat groepsleden voldoende ruimte krijgen en aangemoedigd worden om hun eigen oplossingen te ontwikkelen, zodat hun intrapsychische en interpersoonlijke dynamieken zichtbaar worden. Of zoals Lorentzen (2014) het verwoordt: 'If the group is working well, the therapist should keep quiet, because the group is the instrument he or she uses, whenever possible.'

Een tweede valkuil is dat de groepstherapeut te cognitief gaat werken. De term 'oplossing' kan het gevoel oproepen van een bewuste actie, een mentale activiteit om een probleem aan te pakken. Een therapeut kan verleid worden om de groep tot adequate oplossingen te laten komen voor een zichtbaar probleem vanuit een onbewust appel van de groep (los het voor ons op) of vanuit een eigen behoefte om tot een therapeutisch interessanter proces te komen.

Whitaker en Lieberman (1964, p. 23) maken ook onderscheid tussen succesvolle en niet-succesvolle oplossingen. Succesvolle oplossingen reduceren de angst van de groepsleden en zorgen ervoor dat alle groepsleden de oplossing unaniem accepteren. Succesvolle oplossingen zijn inderdaad succesvol voor de groepsleden, maar niet voor de therapie. Voor de therapie is het productiever wanneer niet-succesvolle oplossingen ontstaan. Je ziet dan bijvoor-

beeld groepsleden die een expliciete positie innemen en die niet deelnemen aan de oplossing voor het groepsfocaal conflict. Bijvoorbeeld: wanneer Anne op een directe manier kritiek uit op de therapeut, ervaren angstige groepsleden dat kritiek ten aanzien van de therapeut uitgedrukt kan worden zonder dat er een ramp gebeurt (Berk, 2011, p. 44). Wanneer een groep heterogeen is samengesteld wordt verwacht dat het moeilijker is om tot succesvolle oplossingen te komen. In een dergelijke groep komen eerder thema's naar voren waarin innerlijke conflicten van groepsleden geraakt worden, en tegelijk is het niet langer mogelijk de oude oplossingen in te zetten. Dat maakt de groep spannender dan een meer homogeen samengestelde groep. Het biedt groepsleden echter duidelijk meer mogelijkheden om tot ontwikkeling en verandering te komen.

### **Speciale uitingsvormen**

Groepsfocale conflicten kunnen tot uitdrukking komen in enkele speciale vormen. We noemen deze achtereenvolgens.

De basisovertuigingsgroepen van Bion. Deze zijn te zien als beperkende oplossingen van groepsfocale conflicten. Ze onderscheiden zich van de 'gewone' groepsfocale conflicten doordat ze zo onmiddellijk tot stand komen en door hun sterk regressieve karakter. De hele groep gaat functioneren vanuit een sterke overtuiging die op aannames is gebaseerd. De drie meest voorkomende varianten zijn: de afhankelijke/tegen afhankelijke groep (het is alsof we afhankelijk zijn van een leider), de vecht/vlucht-groep (het is alsof er een vijand is van wie we moeten vluchten of tegen wie we moeten vechten) en de paarvorming groep (het is

alsof er een koppel is die de verlossing gaat brengen, op wie we onze hoop kunnen richten).

Rolfixatie. Als een groepslid in een speciale rol terecht komt en daarin gefixeerd raakt, vormt dat nogal eens de uitdrukking van een groepsfocaal conflict, waarbij het geïsoleerde groepslid de storende wens of het tegendeel daarvan (counterfobisch) tot uitdrukking brengt en andere groepsleden de reactieve angst- of schuldgevoelens (Berk, 2011). De groep stelt zich bijvoorbeeld afhankelijk op, en een groepslid dat moeilijkheden met afhankelijkheid heeft, gaat in de oppositie. Een groepslid zegt bijvoorbeeld dat hij met zijn therapie wil stoppen, bij verdere exploratie blijken ook andere groepsleden ontevreden met hun therapie (storende wens) te zijn, maar dat niet geuit te hebben (door de geactiveerde reactieve angst en door schuldgevoelens).

Enscenering. Het komt voor dat twee groepsleden het groepsfocaal conflict ensceneren in hun interactie. Twee groepsleden raken bijvoorbeeld in een heftige discussie. Het ene groepslid voelt zich woedend en zegt niet thuis te kunnen brengen waarover. Het andere groepslid zegt bestraffend niet te begrijpen waarom de ander zo boos is en dat vervelend te vinden. In een van de voorgaande sessies is er een splitsing in de groep ontstaan waarvan men de therapeut de schuld geeft. Dit is echter 'besproken en afgedaan'. In deze vorm blijkt de boosheid op de therapeut weer op te duiken tot ongenoegen van de rest van de groep, die deze woede ontkent omdat de boosheid op de therapeut reactieve angst oproept. Dit is een voorbeeld dat we vaak in teamprocessen kunnen observeren. Twee leden van het team voeren een heftige

discussie over een bepaalde beslissing, terwijl de rest van het team niet participeert en zich dan ook niet moet uitspreken over de positie. Er wordt door het duo uitdrukking gegeven aan het storend motief (in dit voorbeeld: kritisch zijn) en de rest van de groep kan de bijbehorende angst voor agressie op deze manier reguleren.

### **Gestructureerde of functionele groepen**

In gestructureerde behandelgroepen, in teams en overige functionele (zoals maatschappelijke) groepen spelen ook groepsfocale conflicten, alleen is het niet de taak van de groep om deze door te werken om te komen tot een diepgaander persoonlijk inzicht. Voor deze groepen is deze theorie om meerdere redenen toch relevant. Op de eerste plaats is het helpend voor het goed functioneren van de groep om te begrijpen

### *Een beperkende, gesloten oplossing kan het goed functioneren van elke groep sterk belemmeren*

welke onderliggende, onbewuste thema's en spanningsvelden een groep drijven. Meer begrip voor universele spanningsvelden werkt verbindend, en helpt om historisch of contextueel bewustzijn te creëren. Door te begrijpen wat een groep, een team drijft, kan er met meer compassie en openheid gekeken worden naar elkaar. Daarbij kan een beperkende, gesloten oplossing, bij uitstek die hierboven beschreven 'speciale uitings-

vormen', het goed functioneren van elke groep sterk belemmeren.

Naast inzicht levert zicht op het groepsfocaal conflict ook interventiemogelijkheden op. Hier kan gedacht worden aan het directief sturen naar open, verruimende oplossingen. Dit kan onder meer gedaan worden door het actief suggereren van productievere oplossingen, het actief afremmen of begrenzen van onproductief gedrag of angstreducerende interventies die ervoor zorgen dat verruimende oplossingen kunnen ontstaan. Een inspirerend voorbeeld is het Berkeley Civic Courage and Heroism-experiment van Roller en Zimbardo (2017) waarin zij een maatschappelijk groep richting open, gewetensvolle normen sturen. Zij laten daarmee zien dat het mogelijk is om destructieve tendensen zoals een zondebokfenomeen te voorkomen. In functionele groepen zoals teams kan het behulpzaam zijn om als leider te begrijpen wat er in de onderstroom beweegt, en welke oplossingen de groep kunnen helpen om tot een goed functioneren te komen. De taak van een dergelijke groep is niet om onderliggende wensen en angsten bloot te leggen. Wat in een inzichtgevende groepstherapie een beperkende oplossing kan zijn (bijvoorbeeld gesprekstijd verdelen) kan in een niet-therapeutische groep juist een heel productieve oplossing zijn (een rondvraag in een vergadering). Als groepsleider stel je jezelf de vraag: dient deze oplossing van dit groepsfocaal conflict de groepstaak van deze groep?

*Een salesteam van een bedrijf wordt door de nieuwe directie als onbestuurbaar ervaren. Hoewel ze vaak uitstekend presteren, zijn ze moeilijk aanspreekbaar bij mindere prestaties. Een ingehuurd consultant ontdekt dat er in de hele organisatie een onderliggende angst*

*heerst: medewerkers voelden zich onder de vorige directie ongezien en niet gewaardeerd, maar durfden hun onvrede niet te uiten. Er is een groepsoplossing ontstaan in de vorm van een onaantastbaar team in de organisatie, die alle lof oogst, maar ook alle angst voor verlies van deze waardering van zich afwendt. De hele organisatie houdt deze dynamiek in stand. De consultant adviseert om niet te focussen op het arrogante team, maar om meer openlijke waardering aan alle afdelingen te geven. Het bonussysteem voor het salesteam wordt afgeschaft, en een beloningssysteem dat de hele organisatie ten goede komt wordt ingevoerd. Sociale cohesie wordt bevorderd door gezamenlijke activiteiten. Na een jaar is de spanning verdwenen en is er meer werkplezier, betrokkenheid, openheid en waardering in de organisatie.*

### **Tot slot**

Met dit artikel hebben we een ogenschijnlijk complexe psychodynamische theorie begrijpelijk en toegankelijk willen omschrijven, zodat het uitnodigt om een rijker begrip van groepsfenomenen te krijgen en daarmee een uitbreiding van het interventierepertoire. Ons inziens is de theorie over het groeps-

focaal conflict nuttig voor iedereen die met groepen werkt, omdat het inzicht biedt in de onderliggende dynamieken die groepsprocessen beïnvloeden. In inzichtgevende therapieën helpt het model om onbewuste spanningen en verlangens zichtbaar te maken, waardoor cliënten kunnen groeien in zelfinzicht en interpersoonlijke relaties. In gestructureerde groepen draagt het bij aan een beter functioneren door onderliggende spanningen te herkennen en constructief te hanteren. Cruciaal hierbij is de balans tussen het toelaten van groepsprocessen en het inzetten van interventies om beperkende oplossingen om te vormen tot open, verruimende oplossingen. In functionele, niet therapeutische groepen helpt deze theorie ons beter te begrijpen welke onbewuste spanningen en verlangens de interacties en prestaties van een groep sturen. Dit inzicht maakt het mogelijk om effectievere interventies te ontwerpen die groepsfunctioneren verbeteren en persoonlijke groei stimuleren. ■

**Caroline Vanderhallen** werkt als klinisch psycholoog-psychoanalytisch psychotherapeut in de vrijgevestigde groepspraktijk Tessaract in Genk (België). Ze is hoofddocent van de module Groepsprocessen in de GZ-opleiding, co-docent van de module Ongestructureerde groepstherapie in de PT-opleiding RINO Zuid en docent Groepsprocessen bij RINO Vlaanderen, Conventie eerste-lijns psychologische hulp (ELP). Ze is ook consultant bij WhoCares? – consultants in geïntegreerde zorg en welzijn.

**Corine van der Veer**, gz-psycholoog, werkt als groeps- en psychoanalytisch psychotherapeut in een vrijgevestigde praktijk in Ooij. Ze is docent Groepsdynamica en Psychodynamisch behandelen in de KP-opleiding bij RCSW, NVGP en incompany, supervisor NVGP, NVP en NVPP, leertherapeut NVP en praktijkopleider bij Raadthuys GGZ.

<sup>1</sup> In individuele psychotherapie maakt Thomas French een onderscheid tussen een kern-(nucleair)-conflict en een focaal conflict. Een kernconflict is centraal verankerd in de persoonlijkheid en ontstaat in de vroege ontwikkeling van de persoonlijkheid. Een focaal conflict is een derivaat, een variant hiervan en speelt zich af in specifieke interpersoonlijke situaties (Berk, 2011, p. 26). Focale conflicten zijn vaak habituele manieren of gewoontes die gecreëerd zijn om specifieke interpersoonlijke situaties te hanteren.

### Refereren aan:

.....

Vanderhallen, C. & Veer, C. van der (2025). Het focaal conflict in groepstherapie: theorie en model. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 20(1), p. 25-37.

### Literatuur

.....

Berk, T.J.C. (2011). *The group focal conflict theory revisited*. Lulu.com.

Leroy, J. (2009). De therapeutische functie van de groepsanalytische groep. In: Kinet, M. *De groep in psychoanalyse* (reeks Psychoanalytisch Actueel, nr.12). Antwerpen-Apeldoorn: Garant.

Levine, B. (1982). *Groepspsychotherapie. Praktijk en ontwikkeling*. Deventer: Van Loghum Slaterus.

Lorentzen, S. (2014). *Group analytic psychotherapy: Working with affective, anxiety and personality disorder*. New York: Routledge.

Robbertz, K. & Wolters, R. (2019). Ontwikkelingsfasen, de dynamiek van de groepontwikkeling. In: *Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling in de(geestelijke) gezondheidszorg*. Utrecht: NVGP.

Roller, B. & Zimbardo, P. (2017) The Berkeley civic courage and heroism experiment: The group dynamics of individuals acting in concert to advance ethical goals in the public interest. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(3), p. 433-447.

Rutan, J.S., Stone, W.N. & Shay, J.J. (2014). *Psychodynamic group psychotherapy* (fifth edition). New York, NY: Guilford Press.

Sanders, T. & Veer, C. van der (2019). Werkzame factoren en mechanismen. In: *Praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling in de(geestelijke) gezondheidszorg*. Utrecht: NVGP.

Whitaker, D.S. (2001). *Using groups to help people*. New York, NY: Routledge.

Whitaker, D.S. & Lieberman, M.A. (1964). *Psychotherapeutic change through the group process*. New York, NY: Routledge (2017).

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

.....