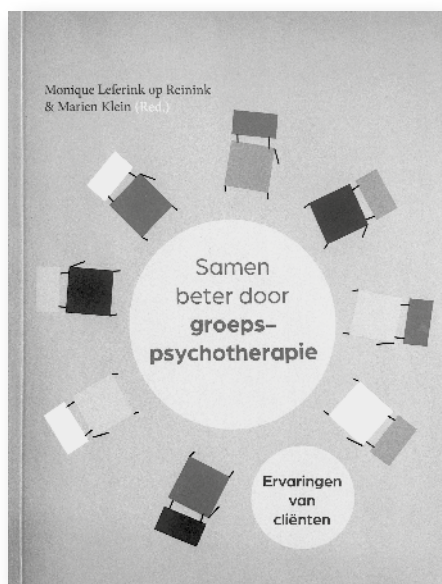


De cliënt aan bod

Een bespreking van een recent verschenen boek en een korte film over groepstherapie vanuit het perspectief van de cliënt, en een ode aan een boek dat de auteur verslond als student.



Door Salvatore Vitale

Mijn eerste kennismaking met groeps-psychotherapie was via de boeken van Yalom. Al tijdens mijn studie klinische psychologie aan de Universiteit Leiden verslond ik, net als veel mijn studiegenoten, zijn boeken. Het boek dat mij het meest is bijgebleven en ik recent ook heb herlezen is *De Schopenhauer-kuur* uit 2005, een roman over psychiater en groepstherapeut Julius Hertzfeld die waarschijnlijk nog maar een jaar te leven heeft en een onderzoek begint naar de betekenis van zijn leven. Het boek beschrijft zowel de zoektocht van de therapeut en het leven en het werk van de filosoof Arthur Schopenhauer als de ontwikkelingen van de verschillende groepsleden en de therapiegroep zelf. Het is een van die boeken die je niet weg kunt leggen als je eraan begonnen bent. Je baalt als je het uit hebt. Nog steeds gebruik ik de op het boek gebaseerde serie *Group* in mijn onderwijs over groepspsychotherapie.

Yalom brengt in dit boek verschillende perspectieven bij elkaar; het perspectief van de therapeut en zijn persoonlijke leven en daarbij passende zelfonthulling, het perspectief van de groep en het perspectief van de individuele groepsleden. Leerzaam en relevant om vanuit deze verschillende perspectieven naar ons werk als groepstherapeut te kijken. Er zijn weinig auteurs die dit zo goed kunnen als hij.

Over groepspsychotherapie wordt veel geschreven in nationale- en internationale vaktijdschriften en regelmatig verschijnen er nieuwe (hand)boeken over groepstherapie. Het perspectief van de cliënt komt daarbij, los van de genoemde roman van Yalom, nagenoeg niet aan bod. In 2024 kwam hier verandering in en verschenen er los van elkaar een boek en een film die groeps-therapie vanuit het perspectief van de cliënt beschrijven.

In woord

Samen beter door groepstherapie is een verzameling interviews waarin cliënten over hun ervaringen in groepstherapie vertellen. De redactie van dit in september 2024 verschenen boek bestaat uit Monique Leferink op Reinink en Marien Klein, beiden specialistisch groepstherapeut NVGP en bestuurslid van de NVGP.

Na het voorwoord wordt in de inleiding de achtergrond en werkwijze van het interview-project van cliënten beschreven dat ten grondslag lag aan dit boek. Uiteindelijk zijn zestien cliënten geïnterviewd.

De resultaten van deze interviews zijn verwerkt in vier hoofdstukken. In het eerste hoofdstuk worden ervaringen gedeeld rondom de aanmelding en start van de groepstherapie. In hoofdstuk 2 staat het therapeutische proces centraal. In hoofdstuk 3 worden de resultaten van de groepstherapie vanuit het perspectief van de cliënt besproken en tot slot worden in het laatste hoofdstuk de gedachten over groepspsychotherapie en adviezen aan toekomstige deelnemers gedeeld. De auteurs sluiten het boek af met een nabeschuiving waarin zij terugblikken en patronen beschrijven die zij hebben ge-

zien in de ervaringen van de cliënten.

Zoals op de omslag te lezen is, willen de auteurs de positieve werking van groepspsychotherapie voor een breed publiek inzichtelijk maken en eventuele vooroordelen over groepspsychotherapie wegnemen om zo voor mensen die niet bekend zijn met deze vorm van psychotherapie een meer realistisch beeld te schetsen. Zowel in de inleiding als op het omslag wordt uiteengezet voor wie het boek bedoeld is: 'allen die meer willen weten over groepspsychotherapie: cliënten die nog twijfelen aan deelname aan deze behandeling, behandelaren in de GGZ die meer kennis en inzicht willen verkrijgen in de werking van deze therapie, GGZ-instellingen die deze vorm van psychotherapie willen promoten en naasten die willen begrijpen wat hun dierbaren in groepspsychotherapie ervaren'.

Bij het lezen van het boek, zoals beschreven in de nabeschuiving door de redacteurs, zijn de terugkerende thema's en gevoelens van cliënten goed herkenbaar: de aanwezige spanning en angst voorafgaand en tijdens de verschillende fases in de groepspsychotherapie, het delen van ervaringen met elkaar, het belang van interpersoonlijke relaties en het hier-en-nu van de groep. De auteurs sluiten de nabeschuiving dan ook zeer terecht af met de conclusie dat 'groepspsychotherapie vooral gaat over de dynamiek tussen mensen en wat eenieder daarvan kan leren'.

In beeld

De korte film *Marleen*, het regiedebuut van Jop Leuven, is in september 2024 in première gegaan op het Nederlands Filmfestival en is te bekijken via het YouTube-kanaal van NPO



Een still uit *Marleen*

3LAB. Leuven is zelf twee jaar in groepstherapie geweest en heeft zijn ervaringen verwerkt in deze film. Actrice Laura Bakker heeft voor haar rol als Lena, 27 jaar oud en in groepstherapie, een Gouden Kalf gewonnen voor beste hoofdrol korte film. In de film wordt ingezoomd op Lena, die in drie sessies van de groepstherapie die zij volgt vertelt over drie verschillende relaties die haar leven bepaalden. De relatie met haar vader, met haar eerste vriendje en tot slot de relatie met Marleen. Deze laatste is een collega wie ze gaat daten. Door de open blik van Marleen durft Lena tot haar eigen verbazing anders naar zichzelf te kijken.

De groepstherapie sessies worden gefilmd met de camera gericht op Lena. Aanvankelijk hoor je wat geluid van andere groepsleden die binnenkomen en zie je enkel de benen van twee medegroepsleden. Uiteindelijk

wordt er ingezoomd op Lena en word je in heel korte tijd (zes minuten) meegenomen in de onzekerheid van Lena over haar uiterlijk, de onveiligheid in de relatie met haar vader en de nare grensoverschrijdende ervaring met haar eerste vriendje. Dat maakt dat haar onzekerheden en angsten voelbaar zijn, maar ook haar eenzaamheid. Onzekerheid buiten de groep over zichzelf, maar ook in de groep om iets van zichzelf te laten zien. Doordat Marleen anders naar Lena kijkt en dankzij het delen van haar verhalen in de groep gaat Lena ervaren dat zij meer waard is dan zij lang dacht. Uiteindelijk deelt zij in de groep dat zij Marleen durft te vragen als ze intiem gaan zijn: zou je misschien met mij voorzichtig willen zijn? 'Daar mag ik best trots op zijn, toch?' Deze slotscène is niet alleen heel ontroerend en goed geacteerd, maar laat ook goed zien wat de kracht is van

in een groep delen over jezelf om daarmee anders naar jezelf te kunnen gaan kijken en nieuwe ervaringen op te kunnen doen.

Boodschap

Beide initiatieven benadrukken de waarde van groepspsychotherapie vanuit het perspectief van de cliënt en hebben als overeenkomstige boodschap dat groepspsychotherapie een belangrijk en krachtig middel is om oude patronen en gevoelens te bewerken. Het interpersoonlijke contact, relaties binnen en buiten de groep en jezelf laten zien en leren kennen binnen de veilige context van de groep staan zowel in het boek *Samen beter door groepspsychotherapie* als in de film *Marleen* centraal. In zijn introductie op de

Voor Job Leuven is de film die hij maakte een eerbetoon aan zijn medegroepsleden

film beschrijft Leuven het eigenlijk heel passend. In zijn eigen groepstherapie moest hij allemaal verhalen vertellen die hij nog nooit had verteld, en het hielp dat anderen in de groep ook hun verhalen deelden. Voor hem is de film die hij heeft gemaakt een eerbetoon aan die mensen, want in de veiligheid die zij hem boden kon hij zijn verhalen vertellen en uiteindelijk weer een beetje liefde toelaten. Waar *Marleen* voor Job Leuven een eerbetoon is aan zijn medegroepsleden, is het boek *Samen beter door groepspsychotherapie* bedoeld om groepspsychotherapie te promoten, angsten en drempels weg te nemen bij cliënten, maar ook te informeren over de

kracht van groepspsychotherapie bij naasten en beleidsmakers. Wat mij betreft zijn beiden niet alleen geschikt voor deze doeleinden, maar zijn ze ook goed bruikbaar in het onderwijs en de opleiding van toekomstige (groeps)therapeuten van elk niveau en sluit het goed aan bij het interpersoonlijk werken zoals Yalom beschrijft in zijn handboek (Yalom & Leszcz, 2020) en in zijn romans. Dit brengt me terug bij mijn favoriet van Yalom, *De Schopenhauer-kuur*.

Niet alleen bij het herlezen van dat boek, maar ook bij het zien van de afleveringen van de serie *Group* die gebaseerd is op het boek, kan ik blijven genieten van wat er in de groep aan elkaar beleefd wordt en wat er met elkaar wordt aangegaan. Bij mij blijven veel uitspraken en interventies van de therapeuten uit het boek en de serie hangen. Zo ook deze. Volgens de therapeut Julius Hertzfeld zijn groepen net als mensen: ze willen niet sterven. Alle therapiegroepen proberen te blijven bestaan, ze nemen zich voor elkaar regelmatig te treffen, maar dat lukt bijna nooit. De groep is het leven niet, het is een generale repetitie voor het leven. 'We moeten allemaal een manier zien te vinden om wat we hier leren in ons echte leven toe te passen.'

Terugkijkend op de film en het interviewboek zijn het misschien ook wel pogingen om de positieve ervaringen in de groep voort te laten leven, of in ieder geval anderen ervan te overtuigen dat een groepstherapie een belangrijk onderdeel van hun leven kan worden. ■

Dr. Salvatore Vitale is klinisch psycholoog-psychotherapeut, specialistisch groepstherapeut NVGP en hoofdredacteur van Groepen. Hij is supervisor en cursusgever bij de NVGP en werkt in zijn eigen praktijk in Leiden.

Refereren aan:

.....

Vitale, S. (2025). De cliënt aan bod. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 20(2), p. 79-83.

Literatuur

.....

Leferink op Reinink, M. & Klein, M. (red.) (2024). *Samen beter door groepspsychotherapie. Ervaringen van cliënten*. Sint-Niklaas/'s-Hertogenbosch: Gompel&Svacina.

Leuven, J. (2024). *Marleen*. Korte film. Producent: Justine Knijn.

Yalom, I.D. (2005). *De Schopenhauer-kuur*. Amsterdam: Balans.

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

.....