

Leerboek groepspsychotherapie

Tom Berk

de Tijdstroom

© T.J.C. Berk, 2005

Omslagontwerp: Cees Brake bNO, Enschede

Uitgegeven door de Tijdstroom Uitgeverij, Postbus 775, 3500 AT Utrecht. E-mail: info@tijdstroom.nl

Aan de totstandkoming van deze uitgave is de uiterste zorg besteed. Voor informatie die nochtans onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaarden auteur(s), redactie en uitgever geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen van de opgenomen gegevens houden zij zich gaarne aanbevolen.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voorzover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16b Auteurswet 1912 juncto het Besluit van 20 juni 1974, Stbl. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stbl. 471, en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht, Postbus 882, 1180 AW Amstelveen.

Voor het overnemen van gedeelten uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden.

ISBN 90 5898 080 4

NUR 777

Inhoud

Voorwoord – 13

Inleiding – 15

1 Een eerste oriëntatie – 21

- 1 Algemene situering – 21
- 2 Psychodynamische psychotherapie – 29
- 3 De invloed van de setting – 35
- 4 Steunende en ontdekkende groepstherapie – 36
- 5 Daar en toen, hier en nu – 37
- 6 Kort en lang – 38
- 7 Ongestructureerd versus gestructureerd werken – 42
- 8 Variaties en verschillen – 43

Deel 1 Componenten van de groepstherapie – 45

2 Groepen en psychotherapiegroepen – 47

- 1 Inleiding – 47
- 2 Groepen – 48
- 3 Psychotherapiegroepen – 53
- 4 Groepsdynamiek – 57
- 5 Een therapiegroep als dynamisch systeem – 59
- 6 De structuur van therapiegroepen – 60

3 Visies op groepspsychotherapie – 61

- 1 Inleiding – 61
- 2 De groepsanalyse van Michael Foulkes – 62
- 3 De interpersoonlijke groepspsychotherapie van Irvin Yalom – 68
- 4 De groepsfocale conflicttheorie van Whitman en Lieberman – 72
- 5 Wilfred Bion en de groepstherapie – 78

4 Ideeën uit de psychodynamische psychotherapie – 85

- 1 Inleiding – 85
- 2 Freud – 86
- 3 Het eerste topografische model – 86
- 4 De conservatieve psychoanalyse – 87
- 5 De psychoanalytische vis-à-vis-psychotherapie – 89
- 6 De moderne egopsychologie – 89
- 7 De Amerikaanse interpersoonlijke psychotherapie – 93
- 8 De objectrelatietheorie – 98
- 9 De zelfpsychologie – 105

5 Fenomenen in therapeutische processen – 113

- 1 Inleiding – 114
- 2 Weerstand – 114
- 3 Afweer en afweermechanismen – 119
- 4 Overdracht – 124
- 5 Tegenoverdracht – 130
- 6 Inzicht – 132
- 7 Interpretaties – 136

6 Gevoelens, emoties en affecten – 143

- 1 Inleiding – 143
- 2 De begrippen – 144
- 3 Gevoelens in de geschiedenis van de psychotherapie – 146
- 4 Silvan Tomkins' theorie over gevoelens – 147
- 5 Gevoelens in context – 148
- 6 De angstreducerende psychotherapie van Leigh McCullough – 150

7 Interpersoonlijke relaties – 157

- 1 Inleiding – 157
- 2 Interactiepatronen in therapiegroepen – 158
- 3 Interpersoonlijke relaties: het psychodynamisch perspectief – 167
- 4 Zelfgevoel en zelfbeeld – 180

8 Karakteristieke elementen van de werkwijze – 185

- 1 Inleiding – 185
- 2 Werkafspraken – 186
- 3 Therapeutische doelstellingen – 186
- 4 De werkrelatie – 187
- 5 De steunend-ontdekkende psychotherapie – 190
- 6 Corrigerende emotionele ervaringen – 194
- 7 Regressie – 195
- 8 Innerlijke organiserende systemen – 198

Deel 2 De praktijk – 211

9 Intake, indicatie, groepssamenstelling en pretherapiegroepen – 213

- 1 De intake – 213
- 2 Het indicatiegebied voor groepstherapie – 219
- 3 De groepssamenstelling – 227
- 4 Pretherapiegroepen – 228

10 De therapeut en de voorwaarden voor therapie – 231

- 1 Inleiding – 231
- 2 De groepstherapeut – 233
- 3 De basisvoorwaarden – 234
- 4 Doorzichtigheid van de therapeut – 237
- 5 De actieve opstelling van de therapeut – 238
- 6 Het onderzoek van Lieberman, Yalom en Miles – 239

11 Oriëntatie voor de praktijk: algemeen – 241

- 1 Inleiding – 241
- 2 De eerste zitting – 243
- 3 Uitgangspunten – 244
- 4 Interventies – 247
- 5 Zelfonthulling en feedback – 251
- 6 Therapeutische factoren – 253
- 7 Groepsinterpretaties – 255

12 De structuur van therapiegroepen – 259

- 1 Inleiding – 259
- 2 Normen – 260
- 3 Rollen – 264
- 4 Cohesie en groepsklimaat – 271

13 De ontwikkelingsfasen van therapiegroepen – 275

- 1 Inleiding – 275
- 2 De beginfase – 277
- 3 De oppositiefase – 279
- 4 De werkfase – 281
- 5 De eindfase – 283

14 Oriëntatie voor de praktijk: specifiek – 289

- 1 Inleiding – 289
- 2 Visies op groepspsychotherapie – 289
- 3 De individuele psychodynamische psychotherapie – 301

15 Levensgeschiedenis, droom en verbeelding – 311

- 1 Inleiding – 311
- 2 Levensgeschiedenis en narratieve technieken – 311
- 3 Dromen – 317
- 4 Imaginatie en geleide fantasieën – 321

16 De risico's en verdiensten van structuur – 325

- 1 Inleiding – 325
- 2 Structurerende interventies en gestructureerd werken – 327
- 3 Soorten groepspsychotherapie en structuur – 328
- 4 Praktische suggesties met betrekking tot gestructureerd werken – 329
- 5 De invloed van encountergroepen – 330

17 Situaties – 333

- 1 Inleiding – 333
- 2 Stilte en zwijgen – 334
- 3 Beurten – 336
- 4 Vertrouwelijkheid – 337
- 5 Afwezigheid – 337
- 6 Subgroepen – 339
- 7 Agressie in therapiegroepen – 340
- 8 Drop-outs – 345
- 9 Verzetten van groepszittingen – 347
- 10 Relaties tussen groepsleden – 348
- 11 Ziekte van groepsleden – 348
- 12 Suïcide en tentamen suicidii – 349
- 13 Psychosen – 351
- 14 Zwangerschap – 352

18 Evenementen – 355

- 1 Inleiding – 355
- 2 Aanvullen van groepen – 355
- 3 Vakanties – 357
- 4 Individuele zittingen tijdens een groepstherapie – 357
- 5 Combinatie van therapieën – 358
- 6 Beëindigen van groepstherapieën – 359
- 7 Evaluatie na afloop van de therapie – 361
- 8 Honoraria en cadeaus – 362

19 Capita selecta – 363

- 1 Inleiding – 363
- 2 Co-therapie – 363
- 3 Opleiding – 364
- 4 Supervisie – 365
- 5 Intervisie – 374
- 6 Congressen en workshops – 374

Deel 3 Doelgroepen en settings – 377

20 Residentiële en semi-residentiële groepstherapie – 379

- 1 Inleiding – 379
- 2 Lijnen in de geschiedenis van de residentiële behandeling – 380
- 3 Groepstherapieën in residentiële en semi-residentiële settings – 384
- 4 De grote groep en patiënt-stafbijeenkomsten – 390

21 Kortetermijngroepstherapie – 395

- 1 Inleiding – 395
- 2 Categorale groepen – 397
- 3 Het indicatiegebied – 398
- 4 Duur van korte groepstherapieën – 398
- 5 De dynamische focus – 399
- 6 Een karakteristieke werkwijze – 407
- 7 Onderzoek over korte dynamische groepstherapie – 409

22 Persoonlijkheidsstoornissen – 411

- 1 Inleiding – 411
- 2 De groepstherapieën van Simon Budman – 413
- 3 De groepstherapieën van Khanzian, Halliday en McAuliffe – 415
- 4 De borderlinegroepstherapie van Marziali en Munroe-Blum – 418

23 Trauma's en groepstherapie – 423

- 1 Inleiding – 423
- 2 Over trauma's – 424
- 3 De psychoanalyse en trauma's – 426
- 4 De relatie tussen trauma's en neurosen – 427
- 5 Groepstherapie met patiënten met een trauma – 428
- 6 Indicatie en groepssamenstelling – 429
- 7 Doelstellingen van de therapie – 430
- 8 De werkwijze – 431

24 Leeftijdsgroepen – 437

- 1 Inleiding – 437
- 2 Groepstherapie met adolescenten – 438
- 3 Groepspsychotherapie met ouderen – 440
- 4 Verliesgroepen – 444

Deel 4 Referentiekaders en onderzoek – 449

25 Groepstherapie vanuit verschillende invalshoeken – 451

- 1 Inleiding – 451
- 2 Cliëntgerichte psychotherapie – 453
- 3 Gedragstherapie – 458
- 4 Cognitieve psychotherapie – 465

26 Onderzoek over groepspsychotherapie – 469

- 1 Inleiding – 469
- 2 De geschiedenis van groepstherapieonderzoek – 470
- 3 Twee handboeken over onderzoek – 476
- 4 Een internationale questionnaire over onderzoek – 477
- 5 Methodologie – 478
- 6 Waar vindt men informatie over onderzoek? – 479
- 7 Enkele opmerkingen over psychotherapieonderzoek – 479

Bijlagen – 481

- 1 Fragmenten uit de geschiedenis van de groepstherapie – 483
- 2 Sensitivitytrainingen en encountergroepen – 501
- 3 Groepstherapie in Nederland – 507
- 4 Diagnose, labeling en gezondheid – 509
- 5 Visies op psychotherapie – 513
- 6 Aanbevolen literatuur – 527
- 7 Geraadpleegde literatuur - 533

Register van namen - 567

Register van zaken - 571

Aanwijzingen

Als in hoofdstuk 1 een naam voorafgegaan wordt door een * dan geeft bijlage 1 meer informatie over deze therapeut of dit onderwerp.

In de inhoudsopgave met een † aangegeven hoofdstukken en paragrafen zijn van belang voor deelnemers aan de volgende cursussen.

- De cursus *Werken met groepen* van de Nederlandse Vereniging voor Groepspsychotherapie (NVGP) is bedoeld voor sociaal-psychiatisch verpleegkundigen, maatschappelijk werkenden, SPW'ers, groepswerkers en vaktherapeuten, die werkzaam zijn in de GGZ of verslavingszorg en die groepsbijeenkomsten met cliënten leiden.
- De *Basiscursus groepsdynamica* is een onderdeel van de opleiding tot groepswerker en is bedoeld voor dezelfde doelgroep als de cursus *Werken met groepen*.
- Opleiders bij de NVGP geven de *Basiscursus groepsdynamica* ook voor medewerkers van non-profitorganisaties die (meer) ervaring op willen doen met groepsdynamica en die meer willen weten over de rol die groepsdynamica speelt in het functioneren van teams, stafvergaderingen, interdisciplinair overleg en groepen leerlingen en cliënten.

Les hommes ne sont naturellement ni rois, ni grands, ni courtisans, ni riches...C'est la faiblesse de l'homme qui le rend sociable; ce sont nos misères communes qui portent nos coeurs à l'humanité: nous ne lui devrions rien si nous n'étions pas hommes.... Ainsi de notre infirmité même naît notre frêle bonheur..... Je ne conçois pas que celui qui n'a besoin de rien puisse aimer quelque chose: je ne conçois pas que celui qui n'aime rien puisse être heureux.'

(Jean-Jacques Rousseau, *Émile ou l'éducation*)

'Psychoanalysis was born as a therapy. However, that is not the reason why I mean to recommend it to you, but for its contents of truth, for all it teaches us about what is in the heart of man above and beyond all other things his own essence – and for the connections it makes between the most divergent human activities'

(Sigmund Freud, *Letters*)

'They will get it straight one day at the Sorbonne. We shall return at twilight from the lecture, Pleased that the irrational is rational.'

(Wallace Stevens, *Notes about a Supreme Fiction*)

Voorwoord

Dit leerboek geeft een beeld van de praktijk en de theorie van de groepspsychotherapie. Mijn boek *Groepstherapie, theorie en techniek* (Berk, 1986) is jarenlang bij opleidingen gebruikt, maar de groepspsychotherapie heeft de laatste decennia ingrijpende ontwikkelingen doorgemaakt en een nieuw leerboek is nu – bijna twintig jaar later – op zijn plaats. Ik beschrijf in dit boek de actuele stand van zaken in de groepspsychotherapie, schets nieuwe visies en rapporteer onderzoek dat de laatste periode is gepubliceerd. Ik heb ernaar gestreefd de kernelementen van de groepstherapie geïntegreerd weer te geven: de elementen die gaan over de invloed die therapiegroepen uitoefenen en de factoren die therapeutische veranderingen en groei bij groepsleden tot stand brengen. Het beste onderzoek dat beschikbaar is, maakt duidelijk dat groepspsychotherapie de vergelijking met individuele psychotherapie glansrijk doorstaat (zie bijvoorbeeld Van der Stel, 2004).

Een psychotherapeut roept zijn therapiegroep in het leven, maar na enige tijd wordt die groep betrekkelijk autonoom en krijgen de banden tussen de groepsleden hun eigen drijvende kracht. Een therapiegroep functioneert dan als een interactief sociaal systeem waarin psychodynamiek en groepsdynamiek zich op een fascinerende wijze vermengen. Dit leerboek laat zien dat de groepspsychotherapie steeds verder toegaat naar een geïntegreerde benadering, waarin drie grote visies op groepspsychotherapie (individueel, interactioneel en groep als geheel) gezien worden als verschillende manieren om naar de Gestalt van het grotere, interactieve sociale systeem te kijken. De laatste jaren wordt de werkwijze en stijl van groepstherapeuten meer en meer door die visie bepaald. Groepstherapie verschilt in sterke mate van individuele psychotherapie. Een psychotherapiegroep is een complex sociaal systeem, dat zijn eigen eisen aan een psychotherapie stelt, maar dat ook bijzondere therapeutische mogelijkheden schept. Op de klassieke lange groepspsychotherapie volgde, in de jaren tachtig, de korte dynamische groepspsychotherapie (zie Berk, 2003). Dit leerboek zet enkele verdere stappen op de weg naar de synthese die, zonder enige twijfel, over een jaar of tien zal ontstaan.

Het is intrigerend dat er weinig Nederlandse boeken over groepspsychotherapie zijn, terwijl er zoveel groepstherapieën worden gedaan, in de meest uiteenlopende settings. Ik hoop dat dit leerboek in een lacune voorziet en een *state of the art*-basis schept voor de Nederlandse groepspsychotherapie. Ik heb ernaar gestreefd dit boek hanteerbaar te houden. Bij het schrijven heb ik Italo Calvino's zes memo's in gedachten gehouden: licht, snel, precies, zichtbaar, veelvoudig en consistent. Ik denk dat psychotherapeuten, psychiaters, psychologen, sociaal werkers en anderen die geïnteresseerd zijn in groepen of ermee willen leren werken, erin vinden wat ze nodig hebben.

Dit boek zou niet geschreven zijn zonder het enthousiasme van en de stimulerende samenwerking met collega's. Bij het Centraal Instituut voor Hersenonderzoek en bij het Gemeentelijk Pedotherapeutisch Instituut in Amsterdam deed ik mijn eerste researchervaring op; later in het Thudichum Psychiatric Laboratory en in het Psychiatric State Hospital of the University of Illinois in Galesburg (Ill) mijn eerste klinische ervaring. Veel leerde ik van de interdisciplinaire samenwerking op het Instituut voor Medische Psychotherapie in Amsterdam, waar ik een aantal jaren de groepspsychotherapieafdeling coördineerde. Ook de stimulerende uitwisseling van ervaringen in de jaren dat ik deel uitmaakte van de opleidingscommissie en van het bestuur van de Nederlandse Vereniging voor GroepsPsychotherapie (NVGP) moeten

worden genoemd. De collega's in de werkgroepen voor Groepsanalytische psychotherapie en die voor Korte groepspsychotherapie van de NVGP ben ik erkentelijk voor de plezierige en leerzame collegiale discussies. Ook de plezierige samenwerking in verschillende redacties die publicaties over groepspsychotherapie verzorgen, noem ik graag. Groepspsychotherapeuten vormen een clan. Mijn ideeën over groepstherapie zijn dan ook sterk beïnvloed door collega's van de Group Analytic Society, door die van de European Association of Transcultural Group Analysis en door die van de American Group Psychotherapy Association. Het enthousiasme van bestuurs- en commissieleden van de Nederlandse Vereniging voor GroepsPsychotherapie over het manuscript heeft mij goed gedaan, en ik waardeer het dat dit leerboek onder auspiciën van de NVGP mag verschijnen. Hun suggesties over het manuscript heb ik alle waardering gegeven die hen toekomt.

Tom Berk
St Félix de l'Héras
Mei 2005