



Over vijf jaar

De deelnemers aan het NVGP-congres werden welkom geheten door onze voorzitter José van Reijen. Hiernaast vindt u de tekst van haar inleiding met een paar minieme wijzigingen

Door José van Reijen,
jvanreijen@depsychotherapeut.nl

Het thema van vandaag, *longing – belonging*, en de invulling daarvan is helemaal in de roos. Met de lezing en demonstratiegroep over groepsanalyse gaan we terug naar onze *roots*. John Schlapobersky heeft een prachtig boek geschreven, met een schat aan vignettes, theoretische verhandelingen en concepten, gebaseerd op onder andere het werk van Foulkes en zijn eigen werk in het Maudsley Hospital in Engeland, waar elkaar inspirerende therapeuten enorm veel kennis over groepen en milieutherapie ontwikkeld hebben. Daarnaast gaat het vandaag over schematherapie en positieve psychologie, en de workshops behandelen allerlei vormen van groepswork en groepsprocessen, veelzijdig en actueel. Wat is de stand van de groepstherapie in Nederland? Open, langzame, inzicht gevende groepen zijn met een lantaarntje te zoeken en veel psychotherapeutische dagklinieken en klinieken zijn gesloten. Het goede nieuws is dat we een enorme groei zien aan groepen. Het groepstherapieland wordt gekenmerkt door diversiteit en creativiteit. Er zijn veel SFT-, MBT-, AFT- en IPT-groepen en allerlei toepassingen van CGT-groepen. Specifieke groepen waarvan de werkzaamheid vaak wetenschappelijk onderbouwd is. Door collega's wordt grote creativiteit aan de dag gelegd om groepen te ontwikkelen. Bijvoorbeeld: een klinisch psycholoog kreeg de

opdracht snel een wachtlijstgroep op te richten. Zij ontwikkelde een mooi opgezette MBT-educatiegroep, die voor patiënten een prachtige voorbereiding biedt op de MBT-deeltijd. Elders werd de non-descripte uitstroombegroep omgevoerd tot een IPT-groep met het motto 'terug in de maatschappij'.

Maatschappelijke veranderingen

We zijn bijna ongemerkt een nieuw tijdperk ingegleden waarin we ons overgeleverd voelen of overgeleverd zijn aan allerlei regels, technocratie, bureaucratie, grotendeels ook een gedigitaliseerde wereld. Als we ons niet inpassen krijgen we geen geld, dat geldt op alle fronten. We moeten het zelf doen, voor elkaar (ook voor psychiatrische patiënten) zorgen. Dat willen we ook wel, maar het is best moeilijk binnen deze kaders van wat we de participatiesamenleving noemen, eigen regie te nemen en te houden. Dat geldt voor onze patiënten, die vaak kwetsbaar zijn. Dat geldt voor de mensen die om hen geven en voor hen zorgen. En dat geldt ook voor ons, als werkers in de ggz. Al die regels maken het ons moeilijk om ons werk echt goed te doen.

Cohesie binnen de samenleving gaat ons groepstherapeuten aan het hart. Het is van alle tijden dat mensen, groepen mensen, zich onveilig voelen en zich door andere mensen en groepen bedreigd voelen, dat is een groot drama en verdriet. Lange tijd was dit bespreekbaar en werd een hand naar hen uitgestoken. De laatste jaren krijgen de discussies hierover heftige dimensies. *Jij bent niet gerechtigd om te zeggen dat je je onveilig voelt, als je dat zegt ga je maar weg, rot op* – zie recent het uitschelden en bijna

wegjagen van een zwarte vrouw met hoofdoek die aan het flyeren was voor de verkiezingen. Impulsiviteit, heftigheid, schelden, dreigen; niet alleen op straat maar ook in de politiek en door mensen die de leiding hebben, ook op wereldniveau. We zien deze heftigheid soms ook in therapiegroepen, waaraan vaak mensen deelnemen die getraumatiseerd en verwaarloosd zijn. Dan zien wij groepstherapeuten het als onze taak te blijven nadenken en mentaliseren en de groepsleden te helpen contact te maken met de anderen, en niet alleen hun eigen perspectief maar ook dat van anderen te zien. Zouden we deze vaardigheid niet meer in kunnen zetten? Niet alleen in onze kleine groepen, maar ook in de psychiatrische kliniek, in een Fact-team, in de 'nieuwe ggz' (waarin een multidisciplinair team een gebied van duizenden mensen bedient) en – in het groot – in de maatschappij? Daarbij realiseer ik me natuurlijk dat cohesie in een dorp, stad, land of werelddeel, een andere dynamiek heeft dan in een therapiegroep en ook om andere oplossingen voor problemen vraagt.

Opleiding en onderwijs

Inmiddels is onze basis cursus in vele gzoopleidingen en in steeds meer psychiatrieopleidingen opgenomen. In de PT- en KP-opleidingen bieden we onze specialistische cursussen aan. De periode dat we ons moesten opdringen om onze cursussen in de Big-opleidingen te kunnen verankeren, ligt achter ons. Nu komen de vragen van de hoofdopleiders zelf, bijvoorbeeld: biedt eerst een basis cursus, dan een cursus om complexe processen in gestructureerde groepen te leren hanteren en vervolgens een cursus

over groepstherapie met specifieke methodieken (denk aan SFT, MBT). Een andere hoofdopleider wilde een module schema-groepstherapie aanbieden die door zowel de schematherapie- als door onze vereniging erkend zou worden. Leuk: we worden gevraagd! En: dit vraagt ook om samenwerking met de relatief nieuwe clubs – ook wel de grote vier genoemd – die registers optuigen voor specifieke behandelvormen: SFT, MBT, TFP/AFT en DGT.

Nieuw is het volgende. We gaan dit jaar toe naar twee titels: de basisgroepstherapeut NVGP en de specialistisch groepstherapeut NVGP. De basisgroepstherapeut is een nieuwe titel. De specialistisch groepstherapeut is de 'oude' groepstherapeut, dus voorbehouden aan BIG-geregistreerde therapeuten. De titel bestond dus al maar krijgt een nieuwe naam om hem helder te kunnen onderscheiden van de basisgroepstherapeut. We gaan beide titels in de markt zetten en moeten dan natuurlijk naar de buitenwacht verhelderen wat de competenties zijn van beide soorten groepstherapeuten.

De basisgroepstherapeut NVGP is in staat een groep te leiden, de taak van de groep scherp te houden en de groepsdynamiek te moduleren, passend bij de groepstaak. De specialistisch groepstherapeut NVGP kan daarnaast complexe groepsprocessen (zoals vroege afweermechanismen en overdracht en tegenoverdracht) hanteren in groepen met ingewikkelde doelgroepen en in moeilijke settings (bijvoorbeeld de forensische setting). Hij is deskundig in het interpersoonlijke model van Yalom en is in staat dit te integreren met andere theoretische modellen zoals MBT, SFT en CGT. Deze specialistische titel is een secundaire registratie bij een BIG-titel.

Zo kan de vereniging mensen die in de basis-ggz of in een kliniek werken en soms al jaren groepen doen nadat zij een basiscursus groepsdynamica en een supervisiereeks gedaan hebben, een titel bieden waarmee zij hun voordeel kunnen doen in hun instelling. De specialistisch groepstherapeut is een mooie titel voor de gz-psychologen, klinisch psychologen, psychotherapeuten en psychiaters die niet alleen onze basiscursus maar ook de specialistische route met modulen en het hele traject van vijftig uur supervisie en leertherapie gevolgd hebben. Dat gaan we dit jaar in de markt zetten.

Commissies

Tot slot kom ik terug op de vereniging en de fundamenteen daarvan. Vorige eeuw zijn we gestart met vooral de psychoanalyse als basis, zijn nu de groepsdynamica en de interpersoonlijke groepstherapie het stevige fundament om de groepstherapeuten te bedienen die allerlei soorten groepen doen. Daarnaast is een aantal commissies binnen de vereniging bezig met inhoudelijks projecten. Een werkgroep schrijft Richtlijnen Groepstherapie waarmee groepstherapeuten straks handvatten krijgen om groepen goed te kunnen begeleiden, hieraan schrijven zo'n twintig mensen. De wetenschapscommissie beschrijft de resultaten van wetenschappelijk onderzoek naar groepstherapie op de website. Een kleine groep groepstherapeuten is bezig met eerste aanzetten om inzichten uit de *affective neuroscience* mee te nemen in het onderwijs in de groepstherapie.

Iedereen aan boord

Waarom moeten wij over vijf jaar nog bestaan?

Ik weet het antwoord wel, Schlapobersky ook, en velen van u ook. In een vereniging gaat het natuurlijk over wat we samen leuk en goed en nodig vinden, en om wat we leuk in elkaar vinden. We willen goede groepstherapie uitvoeren en promoten, en de condities daarvoor realiseren in de instellingen en we willen elkaar daarin voeden.

Maar we worden niet groter, we houden het ledenbestand net op peil. De generatie die de groepstherapie en de NVGP (!) groot heeft gemaakt, gaat langzaam uitstromen. Een aantal van hen houdt hun lidmaatschap zelfs tot ver boven hun tachtigste aan, geweldig, maar het is toch ook onontkoombaar dat leden uitstromen. De vele nieuwe soorten groepen hebben ook veel nieuwe soorten groepstherapeuten met zich meegebracht. Deze groepstherapeuten werken in een ggz die ook de komende jaren sterk zal blijven bewegen en vernieuwen. Ook voor hen willen we een thuis zijn. Welk doel verbindt leden en nog-niet-leden en is tegelijk aantrekkelijk voor alle mogelijke leden van de vereniging? We moeten evenwicht houden tussen wat we willen bereiken in de buitenwereld en het behouden van draagvlak: is iedereen aan boord?

Hoe kunnen nieuwe mensen deel gaan uitmaken van het geheel, hoe kunnen we ervoor zorgen dat zij meedoen, zich verbonden voelen? Verenigingen functioneren nu steeds meer als *communities* waar mensen tijdelijk deel van uitmaken, kennis en informatie mee delen, hun netwerk mee uitbreiden. Ontmoetingen zijn niet altijd fysiek, maar ook digitaal. Mensen kunnen in- en uitstromen en zijn soms meer en soms minder betrokken. Misschien moeten ook wij werken met digitale vormen, kortlopende projectgroepen, klankborden.

Hoe kunnen wij een vereniging van de toekomst zijn? Op 6 juni organiseren we in Breukelen een *invitational conference* waar het onder leiding van een verenigingsdeskundige, Juliëtte Daniëls, hierover zal gaan. U hoort hiervan en bent hierbij van harte welkom.