

Democratie

Dit nummer bevat in meerdere bijdragen een eerbetoon aan Tom Berk. De nestor van de Nederlandse groepspsychotherapie is recent op 82-jarige leeftijd in zijn nieuwe vaderland Frankrijk overleden. Hij heeft een bewogen en vruchtbaar leven geleid en laat ons een schat aan kennis en bespiegelingen na over (de geschiedenis van) de groepsdynamische groepstherapie. De intellectuele reis van Berk door het psychodynamische-psychoanalytische gedachtengoed wordt in dit nummer prachtig beschreven door Piet Verhagen. Maïe el Boushy herinnert hem als inspirerend docent en democratisch redactie-leider, Hans Snijders als therapeut van een leergroep en als docent voor aankomende supervisors. Onze hoofdredacteur, Arnout ter Haar, beschrijft zijn contact met Berk en de columns die Berk schreef voor dit tijdschrift in de periode 2006 - 2010. In dit nummer is eveneens een literatuurlijst opgenomen waarin zijn belangrijkste publicaties staan. Dit overzicht laat zien hoe breed zijn interesse in groepen was en hoe intensief het onderwerp hem decennialang heeft beziggehouden. Berk daagde zijn lezers en toehoorders uit erover na te denken wat we doen in onze groepstherapieën. We herinneren hem als een zeer warm en betrokken collega en vriend, die ons blijft inspireren in herlezing van zijn boeken en artikelen.

We noemden Berk een voorbeeld van een democratisch leider. Democratische vaardigheden kunnen bij uitstek geleerd worden in groepen, ook therapiegroepen. Toch krijgt dit aspect relatief weinig aandacht in het werken met (psychotherapie)groepen. We hebben als groepstherapeuten echter voortdurend te maken met groepsprocessen waarin het zich verbinden met jezelf en de ander centraal staat. Daarnaast gaat het om het verwoorden van betekenissen en om het leren delen van belevingen en ervaringen ten behoeve van de ontwikkeling van het individu en van de groep als geheel.

Steven Pinker deed recentelijk de uitspraak dat psychologen de wereld beter maken. Hij stelt dat psychologen de maatschappij uitleg bieden over menselijk functioneren. Begrip doet empathie toenemen. Daarnaast stimuleren psychologen mensen via behandelingen tot een beter functioneren. In navolging van deze uitspraak mogen we zeggen dat groepstherapeuten de wereld eveneens verbeteren door mensen een groep aan te bieden waarin ze zichzelf en elkaar beter leren begrijpen en beter leren functioneren te midden van andere mensen. Als het gaat om uitleg geven over de waarde van (psychotherapie-)therapie)groepen voor de ontwikkeling van goed burgerschap en voor het ondersteunen van een democratische wijze van samenleven, dan kan dat beter.

Democratie meer is dan een politiek systeem. Democratie staat voor een samenlevingsvorm waarin iedereen gelijke rechten heeft en waarin iedereen bereid dient te zijn om zich voor elkaar in te zetten. Volgens deze visie van Dewey is democratie sterk verbonden met goed burgerschap (Sonneveld & Metz, 2015). Het deelnemen aan groepen waarin op een veilige manier samen activiteiten kunnen worden ondernomen en meningen kunnen worden gevormd, biedt deelnemers de mogelijkheid om te groeien en zich te ontwikkelen tot verantwoordelijke burgers. Dit gedachtegoed vormt een belangrijke basis voor het werken met groepen en wordt besproken in het boek *Groepswork met jongeren in de wijk* dat aan bod komt in de rubriek ‘Voor u gelezen’. In dit boek staat het werken met jongeren centraal in het domein van de vrije tijd. Al meer dan honderd jaar heeft het jongerenwerk een pedagogische opdracht in het begeleiden van groepen jongeren bij het volwassen worden in de samenleving. Zowel ervaringen uit de praktijk als bevindingen vanuit de wetenschappelijke literatuur bieden belangrijke aandachtspunten om jongerenwerk een solide basis te geven in theorie en methodiek. In de participatiemaatschappij is het meer dan ooit van belang om jongeren, met name jongeren met een maatschappelijk achterstand of kwetsbaarheid, de kans te geven aansluiting te vinden in de maatschappij en zich te ontwikkelen tot burgers die in staat zijn voor zichzelf en voor anderen te zorgen. Het boek wordt van harte aanbevolen voor groepstherapeuten vanwege de brede visie op het samenleven in groepen die naar voren komt.

In de rubriek ‘Voor u gelezen’ vindt u ook een mooie bespreking van Frits van Hest van het boek *Kwartet* van Anna Enquist over een bij uitstek democratische groep als een strijkkwartet. Het boek volgt het groepsproces dat onvermijdelijk plaatsvindt wanneer groepsleden intensief met elkaar samenwerken in het maken van muziek, en wanneer ook hun levens intensief met elkaar verbonden blijken. Als in een mobiel raakt het kwartet uit evenwicht wanneer een van hen een drama overkomt en moet ieder zich opnieuw tot elkaar leren verhouden. Het is boeiend te lezen hoe Van Hest het boek en de personages ontleedt, verwoordt hoe het groepsproces verloopt en laat zien dat het gezamenlijk maken van een product, in dit geval muziek, verbindt, heelt, troost en herstelt. Daartoe is het echter noodzakelijk met elkaar te communiceren en onbegrip, pijn en afstand te overbruggen, zodat de groep kan blijven voortbestaan en muziek kan blijven klinken.

Waar het samenleven van verschillende groepen en in een groep aanleiding geeft tot ernstige conflicten, ontstaat een aanzienlijk kans op traumatisering van individuen, soms ook van groepen mensen. Narratieve Exposure Therapie aangeboden in een groep wordt beschreven door Onno de Boer, Mirjam Koops en Mieke Smit. Zij bieden een eendaagse dagbehandeling binnen Centrum '45 gericht op mensen met PTSS afkomstig uit recente conflictgebieden zoals Irak, Iran en voormalig Joegoslavië. In de groep worden factoren werkzaam geacht die ook in een individueel contact werkzaam zijn, maar een groepssetting voegt een belangrijk element toe, namelijk de getuigenis, het vertellen van het eigen

traumaverhaal en aanhoren van andermans traumaverhaal (*social sharing*). In een eerder nummer (juli 2014) is aandacht besteed aan een workshop gegeven door Mieke Smit waarin de methode en werkwijze binnen deze groep werd beschreven. In een evaluatie-onderzoek bleken geïnterviewde patiënten het programma zeer goed te waarderen. Deelname aan de groep was weliswaar zwaar maar bood tegelijkertijd opluchting, steun en begrip. De groep werkte helend en stimuleerde verdere ontwikkeling van haar leden. In de vaste rubriek 'Dit is mijn groep' dit keer aandacht voor de groep Depressie en Dynamiek, waar gebruik wordt gemaakt van affectfobietherapie voor de behandeling van ernstige en chronische depressies. Cora Versteeg, Annemieke Bakker en Suzanne van Zutphen nemen u mee op een dag in hun deeltijd.

Werkend in een dagklinische setting zie ik dagelijks dat cliënten veel meer gaan begrijpen van de werkzame principes in het samenleven en samenwerken, en van de waarde van verantwoordelijkheid willen en kunnen dragen in de maatschappij. Wanneer cliënten afscheid nemen op het einde van de behandeling willen, op een enkele uitzondering na, allen graag meedoen in de maatschappij en een eigen bijdrage leveren aan het grotere geheel. Dat is een prachtige ontwikkeling en onderstreept Berks visie dat groepen niet gericht dienen te zijn op aanpassing en conformering maar op jezelf mogen worden en op ontwikkeling. In dit nummer van het tijdschrift *Groepen* staan zeer verschillende bijdragen die bij nadere beschouwing allen iets zeggen over het belang van democratie en van de uitdagingen waarvoor democratische samenlevingsvormen staan. Ik ben door deze bijdragen aan het denken gezet en weet nog beter waarom het werken met groepen zo'n kracht heeft en tegelijkertijd vaak zo spannend is.

Silvia Pol