

Over het ontvangen van waardering

Waarom hebben veel therapeuten moeite met expliciete erkenning van cliënten? Frans van Paassen verkent het verschijnsel.

Door Frans van Paassen

Aan het einde van een sessie zei een cliënt tegen haar therapeut: 'Je bent heel belangrijk voor mij.' Hoewel de woorden oprecht bedoeld waren, voelde de supervisant zich overvallen. Zijn eerste impuls was om de waardering terug te geven en te benadrukken dat de cliënt vooral zelf het werk deed. Gelukkig beseftte hij dat hij door het compliment 'terug te geven' de erkenning weg zou maken. Dit moment van ongemak in de spreekkamer bleek in supervisie de ingang tot een belangrijke vraag: waarom is het voor therapeuten zo moeilijk om waardering van cliënten te ontvangen? Dit voorbeeld illustreert een fundamentele spanning in het therapeutisch vak: de menselijke behoefte aan erkenning botst met de professionele plicht om de focus op de cliënt te houden. Het (h)erkennen van deze spanning is geen teken van onvermogen, maar een belangrijk onderdeel van professionele ontwikkeling.

Dat therapeuten moeite hebben met expliciete erkenning van cliënten, heeft vaak te maken met een combinatie van professionele, psychologische en relationele factoren. Er spelen meestal meerdere lagen tegelijk.

Professionele rol en grenzen

Therapeuten zijn opgeleid om de aandacht bij de cliënt te houden. Wanneer een cliënt persoonlijke waardering uitsprekt, kan dat voelen alsof de rollen even verschuiven: de therapeut staat plots in de schijnwerpers.

Dat kan schaamte oproepen, simpelweg omdat hij zich bekeken voelt. Tegelijk kan er een gevoel van wederkerigheid ontstaan, waardoor hij zich afvraagt of hij nog voldoende professionele afstand bewaart.

Zelfbeeld, overdracht en tegenoverdracht

De moeilijkheid om waardering te ontvangen, vindt zijn oorsprong in de complexe wisselwerking tussen het zelfbeeld van de therapeut en de overdrachts- en tegenoverdrachtdynamiek.

De uitgesproken waardering kan ook gaan over onvervulde behoeften uit eerdere relaties

Waardering raakt aan de basale menselijke behoefte om gezien te worden. Binnen de therapeutische relatie kan dit een intern conflict oproepen tussen de professionele rol (aandacht bij de cliënt houden) en de persoonlijke behoefte aan erkenning. Voor veel therapeuten botst het beeld dat de cliënt schetst ('jij bent heel belangrijk') met hun eigen, vaak bescheidener zelfbeeld ('ik ben niet zo belangrijk' of 'ik doe slechts mijn werk'). Deze botsing kan gevoelens van onzekerheid, ontoereikendheid of zelfs imposter-gevoelens versterken.

Deze dynamiek wordt verdiept en verklaard door overdracht en tegenoverdracht. De waardering van de cliënt is vaak gekleurd door overdracht: de therapeut wordt in de beleving van de cliënt een figuur uit het verleden (bijvoorbeeld een ouder, leraar of mentor) die veiligheid, erkenning of bewon-

dering oproept (Kohut, 1971). De uitgesproken waardering gaat dan niet alleen over het huidige contact, maar ook over onvervulde behoeften uit eerdere relaties.

In de tegenoverdracht kan de therapeut geraakt worden door deze idealiserende houding. Dit uit zich in een spanning: enerzijds kan het een warme betrokkenheid versterken, anderzijds roept het vragen op over professionele distantie. Tegelijkertijd kan een onbewust verlangen (tegenoverdracht) meespelen om wél bijzonder te zijn en bevestigd te worden, wat botst met het professionele ethos. Bij de cliënt kan een spiegelbeeldige, vaak onbewuste wens schuilgaan om op zijn beurt speciaal en van unieke betekenis te zijn voor de therapeut. Zo ontstaat een subtiel spel van wederzijdse projecties en verlangens, waarin de behoefte aan erkenning aan beide kanten een rol speelt en professionele grenzen en persoonlijke gevoelens verstrengeld raken.

Wederzijdse waardering en narcistische collusie

De dynamiek van wederzijdse belangrijkheid kan passen bij het concept van narcistische collusie. Dit beschrijft een patroon waarin zowel cliënt als therapeut onbewust elkaars narcistische behoeften bevestigen: de cliënt idealiseert de therapeut, terwijl de therapeut (onbewust) verlangt naar bevestiging van zijn speciale betekenis. In groepen kan dit subtiel spelen en door andere leden worden waargenomen, wat rivaliteit of jaloezie kan oproepen.

Het herkennen van deze collusie is cruciaal om te voorkomen dat de nadruk verschuift van therapeutische exploratie naar wederzijdse bevestiging. Interventies richten zich op bewustwording, reflectie en begrenzing,

zodat waardering benut wordt als ingang voor verdieping in plaats van bevestiging van een collusief patroon.

De groepscontext

In groepstherapie krijgt waardering een extra laag doordat zij in het bijzijn van anderen wordt uitgesproken. Een compliment of erkenning van één groepslid aan de therapeut kan rivaliteit, jaloezie of gevoelens van buitensluiting bij andere leden oproepen. Sommigen kunnen de waardering relativeren of ondermijnen, terwijl anderen die juist proberen te overtreffen in hun eigen uitingen van waardering. Dit kan onbedoeld de focus verschuiven van het individuele proces naar een groepsdynamiek van competitie of alliantievorming. De therapeut wordt hierdoor vaak extra voorzichtig in zijn reactie, om het evenwicht en de veiligheid in de groep te bewaren.

Vignet – ‘Je bent de enige die mij begrijpt.’

In een langdurige psychodynamische therapiegroep vertelt Anna, een vrouw van begin veertig, dat ze na de vorige sessie lang had nagedacht over hoe belangrijk de groep voor haar is, maar ‘vooral jij, als therapeut, want jij ziet iets in mij wat niemand anders ziet.’ Ze kijkt de therapeut aan met een mengeling van ernst en hoop.

Nog voordat de therapeut kan reageren, zegt Mark, een ander groepslid, licht geprikkeld: ‘Ja, dat is precies wat ik bedoel: jij hebt altijd zo’n speciaal plekje hier. Soms lijkt het alsof de rest er niet toe doet.’ Een korte stilte volgt, waarin spanning voelbaar is.

De therapeut merkt bij zichzelf twee tegenstrijdige gevoelens op: enerzijds warmte en voldoening bij Anna’s woorden, anderzijds

ongemak door Marks opmerking. Er is een lichte neiging om Anna gerust te stellen in haar waardering, maar ook de impuls om te benadrukken dat iedereen even belangrijk is. Tegelijkertijd speelt onbewust de wens mee om daadwerkelijk bijzonder te zijn voor Anna, terwijl zijn professionele zelfbeeld zegt dat hij neutraal en gelijkwaardig moet blijven. De therapeut benoemt dat er verschillende emoties lijken te spelen rond wie voor wie belangrijk is, en dat het spannend en kwetsbaar kan zijn als waardering zo expliciet wordt geuit. Dit opent een gesprek waarin Anna vertelt dat zij in haar jeugd nooit het gevoel had dat iemand haar écht zag, terwijl Mark erkent bang te zijn dat hij in de groep altijd ‘tweede keus’ blijft.

Theoretische analyse

- **Idealiserende overdracht:** Anna positioneert de therapeut als iemand die haar uniek begrijpt, wat een lang bestaand verlangen naar erkenning vervult (Kohut, 1971).
- **Competitieve groepsdynamiek:** Mark reageert met jaloezie of afgunst, wat de groepsdynamiek beïnvloedt (Yalom & Leszcz, 2020).
- **Tegenoverdracht:** De therapeut ervaart spanning tussen warme betrokkenheid en professionele distantie, met onbewuste verlangens naar bijzondere betekenis (Gabbard, 2022).
- **Narcistische collusie:** Anna’s behoefte om uniek gezien te worden en de onbewuste behoefte van de therapeut om ‘bijzonder’ te zijn, creëren een wederzijdse bevestiging die de therapeutische focus kan verschuiven. Marks interventie verstoort deze potentiële collusie en brengt de dynamiek aan het licht.

Klinisch interventiekader: waardering in groepstherapie

Interventiedoel	Concrete interventies	Klinische valkuilen	Aanbevelingen
1. Betekenis verkennen	Vraag naar de aanleiding en persoonlijke betekenis van de waardering.	Te snel rationaliseren of bagatelliseren.	Blijf nieuwsgierig en open; gebruik open vragen en stiltes.
2. Rivaliteit benoemen	Nodig groepsleden uit hun gevoelens te delen bij het horen van waardering.	Schuldgevoel of defensieve reacties bij groepsleden.	Normaliseer gevoelens van jaloezie; focus op exploratie, niet op oordeel.
3. Overdracht onderzoeken	Leg voorzichtig verband tussen waardering en idealisering.	Overmatig analyseren kan de cliënt defensief maken.	Houd balans tussen erkennen en bevragen; laat ruimte voor emotie.
4. Tegenoverdracht reflecteren	Sta stil bij eigen trots, ongemak of speciale-bandgevoelens.	Onbewuste bevooroordeeldheid richting bepaalde cliënten.	Gebruik supervisie of interventie; reflecteer intern voordat je handelt.
5. Hier-en-nu benutten	Vraag naar gevoelens in het moment bij het uiten en ontvangen van waardering.	Te abstract blijven zonder link naar actuele ervaring.	Verbind gevoelens direct met concrete interacties; geef woorden aan emoties.
6. Wederkerigheid bevorderen	Stimuleer dat cliënten ook elkaar waarderen.	Vergelijking of competitie tussen leden kan escaleren.	Faciliteer een veilige structuur; benadruk dat waardering meerstemmig kan zijn.
7. Meta-communicatie stimuleren	Bespreek wat waardering doet met de groepsdynamiek.	Overmatige focus op het proces kan emotionele ervaringen onderdrukken.	Combineer procesreflectie met individuele beleving; benoem emoties en dynamiek.

Tot slot

Het ontvangen van waardering is in de groep een betekenisvol therapeutisch moment. Gevoelens van verlegenheid, onzekerheid of terughoudendheid bieden ingangen om eigen reacties te onderzoeken en begrijpen. Door waardering niet weg te maken, maar te erkennen en te verkennen, kan de therapeut de relatie verdiepen, het groepsproces behouden en de professionele rol bewaken. Zo wordt ongemak een leermoment – zowel voor de cliënt als voor de therapeut zelf.

Hoewel de groepscontext een extra laag van complexiteit toevoegt, zijn de onderliggende principes – het verkennen van de betekenis, reflectie op tegenoverdracht en het bewaken van de professionele rol – net zo relevant voor de individuele therapie. Of de waardering nu in een groep of een-op-een wordt geuit, de kunst blijft hetzelfde: haar te ontvangen als een geschenk dat uitgepakt mag worden, niet om het aan te nemen voor onszelf, maar om samen met de cliënt te begrijpen wat erin zit. ■

Frans van Paassen (fvanpaassen@upcmail.nl) is psychotherapeut en opleider NVGP. Hij werkt in zijn eigen praktijk in Rotterdam.

Refereren aan:

.....
Paassen, F. van (2026). Over het ontvangen van waardering. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, (21)1, p. 83-87.

Literatuur

.....
Gabbard, G.O. (2022). *Countertransference: The therapist's emotional involvement with the patient*. Washington D.C.: American Psychiatric Association Publishing.

Kohut, H. (1971). *The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders*. New York: International Universities Press.

Yalom, I.D. & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy* (6e editie). New York: Basic Books.
.....