



Grensgevallen

Frits van Hest, voormalig redacteur van *Groepen*, bezocht op 26 maart 2026 het NVGP-congres *Over de grenzen van groepspsychotherapie* en doet verslag van de dag.

Door Frits van Hest

De huisarts die naast me stond merkte op: 'Bij onze congressen hoor je vooral over wetenschappelijke ontwikkelingen en zie je grafieken op grote schermen.' 'Dat herken ik wel', antwoordde ik. 'Tot een paar jaar geleden deden wij dat ook zo. Maar we ontdekten dat niemand die grafieken en statistieken onthield. We hebben nu gekozen voor inspiratie, enthousiasme en verbinding.' Als om mijn observatie te bevestigen, leidde cabaretier en dichter Tanja ter Brake ons als dagvoorzitter met gitaar en zang in. Al die kleine gebeurtenissen van een congres becommentarieerde ze met lichtvoetige humor: 'Jij heette toch Harm? Oh, je zegt niks, vergis ik me? Nou, ik noem je gewoon Harm.' Of, haar telefoon opnemend: 'Hé mam, ja, het kan wel even we zijn net... ja, dat is echt rot... echt, het kan wel, mam... ik moet echt naar de wc.' De zaal viel haar enthousiast vierstemmig bij in een muzikaal intermezzo en applaudisseerde voor zichzelf.

Voorzitter Marc Daemen van de NVGP zweepte het enthousiasme verder op. 'In de ggz zien we 65% meer (groeps)psychotherapie dan in het recente verleden. Onze promotiecampagne werkt en we hebben een mijlpaal bereikt binnen het Welzijnsakkoord. Ziektekostenverzekeraars, Rijksoverheid, ambtenaren zijn ervan overtuigd dat groepstherapie een gamechanger kan zijn in het bekorten van wachtlijsten. Groepstherapie zal daardoor de eerste

keuze worden in de ggz in plaats van een specifieke indicatie. Binnen de NVGP zelf zitten we ook niet stil en hebben we inmiddels een docentenpool, de academiecommissie en de nieuwe sector Vrijgevestigde Groepspsychotherapeuten opgericht.

Waar blijven onze grenzen, vroeg ik me enigszins bezorgd af

Reden genoeg om volgend jaar ons 70-jarige jubileum groots te vieren met een tweedaags congres op 1 en 2 april in Landgoed Zonheuvel in Doorn, want helaas zijn we uit onze voegen gebarsten voor deze prachtige locatie Antropia.

Waar blijven onze grenzen, vroeg ik me enigszins bezorgd af. Gelukkig liet onze voorzitter in een korte filmische presentatie zien dat hij en zijn echtgenote op dit moment een perfecte training van hun kleinkinderen krijgen om te leren omgaan met grenzen. 'Heb pipi daan', jubelde een kleinkind trots. 'Op het potje?' vroeg onze voorzitter. 'Neeee...!' In de lezing van Marielle Hendriksen zou dit oer-moment uit de theorie van de psychotherapie terugkomen.

Jezelf zijn

De eerste spreker was Sanneke de Haan, hoogleraar Psychiatrie en Filosofie aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. Op haar vraag wie van de toehoorders zich authentiek voelde, stak de overgrote meerderheid een hand op. We hadden beter kunnen weten. Dagvoorzitter Ter Brake, met haar

microfoon in de hand door de zaal lopend, merkte fijntjes op: 'Die twee die hun hand niet opsteken zijn de meest authentieken.' De zaal gierde het uit.

Als bekwaam filosoof nam De Haan ons onmiddellijk de maat. 'In onze tijd vinden we 'jezelf zijn' van cruciaal belang. Maar een niet-doordachte authenticiteit ontardt al gauw in navelstaarderij van een geprivilegieerde elite', sprak ze streng. Jeetje, daar horen wij ook bij, zag je de congresgangers wat verontrust denken.

Geduldig legde ze ons vervolgens uit dat de filosofie drie mogelijke antwoorden onderscheidt op de vraag wat persoonlijke authenticiteit is. Ten eerste: authenticiteit is als kind een gegeven waar je steeds verder van afdrijft. Ten tweede: met elke keuze die je maakt, maak je zelf jezelf. Ook als je om raad vraagt, want je kiest je eigen raadgevers. Hier raken we aan de existentiële filosofie van Sartre en De Beauvoir (en Camus vulde ik voor me uit mompelend aan, terwijl ik me ergerde aan het feit dat De Haan de authentieke termen van deze Franse filosofen in het Engels citeerde).

De derde en charmantste oplossing is dat authenticiteit ontstaat in het gesprek met de ander. Juist in de interactionele relatie ontdek je wat eigen is en wat vreemd. De vraag naar persoonlijke authenticiteit komt vooral op in tijden van crises. Trekken we ons dan in onszelf terug of gaan we met de ander in gesprek? De kunst is om de balans te vinden tussen zelfexpressie en je laten raken. Te veel aanpassing geeft maskering en implosie van het zelf. Bij te veel zelfexpressie blijf je in je eigen bubbel zitten en laat je het momentum om gevoed te worden voorbijgaan, met eenzaamheid als gevolg. Zoek dus de balans.

Authenticiteit is volgens De Haan niet statisch maar dynamisch. Grenzen maken we door 'ze te doen'. Met vragen als: welke ingesleten patronen horen bij mijzelf en welke niet, is groeps(psycho)therapie bij uitstek geschikt om de voorwaarden tot groei van een gezonde persoonlijke authenticiteit te onderzoeken. Voor de ggz-praktijk is misschien wel de meest relevante vraag hoe verwoestend ernstige psychische stoornissen, bijvoorbeeld (de gevolgen van) verslaving zijn voor iemands authenticiteit. Welke keuzevrijheid heeft de getroffen patiënt dan nog?

Met een verwijzing naar hedendaagse kwesties als genderidentiteit en het voorbeeld van de Ubuntu-cultuur uit zuidelijk Afrika benadrukte De Haan in de korte discussie nog eens dat authenticiteit niet een vrije creatie van het individu is, maar altijd plaats vindt in een historische/sociale context. Werkelijk, authenticiteit is het werken waard!

Woede en verlangen

In de lezing *Frustrerende grenzen. Grenzen durven stellen aan de therapie* van Mariëlle Hendriksen, psycho-analytisch therapeut en groepspsychotherapeut, raasden de leermeesters van ons vak Freud, Lacan, Klein, Kernberg en Berkhouwer in een steeds in kracht toenemende stroomversnelling aan ons voorbij. Hoewel mijn schrijvende hand dit tempo niet bijhield, raakte ik steeds enthousiaster. Wat een mooi vak toch en wat een gedegen theorieën van onze eerbiedwaardige voorgangers, stevige grond om op te staan.

Het ging allemaal over grenzen en kaders begreep ik, aan de grenzen gebeurt het,

daar is de therapeutische winst te behalen. Als we Jan een beloning geven wanneer hij weer eens net iets te laat arriveert in de therapiesessie wordt hij beloond voor zijn storende gedrag. Daarom houden we ons in de groep standvastig maar niet rigide vast aan de basisregels over de flesjes water, over het verstolen kijken naar appjes en Jans te laat komen. Daarom houden we vast aan de behandelfocus, contracten over de duur van de therapiesessie en de afgesproken termijn. Juist aan de grenzen kunnen we het verlangen, de agressie, de jaloezie, de teleurstelling over wat we zo graag wilden en willen, onderzoeken. Daarom zijn de grenzen voor therapeut en patiënt zo fijn en frustrerend tegelijkertijd. Hoe therapeuten en patiënten omgaan met grenzen en kaders in de groep is een significante voorspeller van een succesvolle therapie.

Hendriksen leidde haar lezing krachtig in met een praktijkvoorbeeld waar de dynamiek van woede en verlangen zich in alle heftigheid afspeelde. De setting is een klinische opname binnen een gedwongen kader. De sessie is een (wekelijkse) low-profile patiënt/stafmeeting die begrensd wordt door een strikte afspraak over de duur van de sessie. Twee groepsleden waren getuige geweest van een poging tot zelfmoord van een medepatiënt. De groep is stil en chagrijnig. De therapeut vraagt wie de zelfmoordpoging hebben gezien. Een deel van de groep haakt af, een patiënt valt in een dissociatieve slaap en een ander deel stort zich gulzig en agressief op de verpleging: die had hen moeten beschermen. De therapeut vraagt de verpleging om hun beleving en iemand stelt de vraag hoe het is met de suïcidale patiënt. Exact op tijd eindigt de sessie.

De scène deed me denken aan het filmpje van de kleinzoon van Marc Daemen en zijn (groot)ouders die de grenzen van de oerdriften Eros versus Thanatos, libido versus destructiviteit verkennen en die elkaar daarmee helpen naar authenticiteit binnen de grenzen van sociale kaders. De frustratie van de peuter die niet krijgt wat hij wil, in deze casus vertegenwoordigd door de patiënten die met rust gelaten willen

*Tijdens de pauzes
probeerde ik zo authentiek
mogelijk in de massa
rond te lopen*

worden en van de ouders/therapeuten verlangen dat ze hen onvoorwaardelijk faciliteren in de bevrediging van hun behoeften. Grenzen en kaders serieus nemen vraagt ook dat wij als therapeuten de therapeutische relatie met een patiënt op de afgesproken tijd of bij een inefficiënte behandeling stoppen in plaats van die te verlengen. Dat kan bijvoorbeeld wanneer gestolde, stinkende haat de psyche van de patiënt bezet heeft in tegenstelling tot vruchtbare vitale woede die ruimte geeft. Zoals bij de patiënte die niet in staat bleek om iets liefs, iets wat goed voor haar was te ontvangen.

Affectexpressie is het gouden materiaal, maar hoe gaan wij daar als therapeuten mee om? Waar voel je als therapeutenkoppel affiniteit voor; ben je een therapeut van cohesie of van 'de beuk erin'? Neem je als co-therapeut de rol op je van 'verkenner' of anderszins? Neem de tijd om met je mede-therapeut te onderzoeken hoe je daar in staat.

Eerste keer

Op het toneel stond vervolgens Mansour Bakhtiar, Nederlander van Iraanse afkomst, een man die vele grenzen is overgegaan. Achter hem de projectie van zijn majestueuze schilderij *The Umbilical Cord* (De navelstreng, 6x2 meter). Vandaag had hij opnieuw de moed opgebracht om een grens te passeren, met meer dan tweehonderd hem onbekende mensen die naar hem staarden terwijl hij zijn lezing gaf. 'Het was voor het eerst dat ik zoiets deed, ik stond helemaal te trillen', bekende hij me. In vergelijking met de wachtrij voor de marechaussee op die zesentwintigste november met een vals paspoort in zijn hand (zie kader) een peulenschil, leek me in mijn gerivaliseerde positie van de westerling die de oorlog niet aan den lijve heeft meegemaakt. Bakhtiar, een man van interculturele moed, wijst ons de weg naar authenticiteit door zijn overschrijden van politieke en culturele grenzen.

Tussen maskering en elitaire bubbel

Met de lessen van Sanneke de Haan nog in mijn achterhoofd probeerde ik tijdens de pauzes van het congres zo authentiek mogelijk in de massa rond te lopen. Soms sloeg de vertwijfeling toe en voelde ik me eenzaam, totaal niet authentiek. Op zoek naar 'relationele authenticiteit' sloot ik me krampachtig aan bij een groepje waarin ik een bekende ontwaarde. Het leidde bij mij tot een ongelukkige maskering van het Zelf. Mijn gevoel van authenticiteit bloeide pas op toen ik het initiatief nam om met een onbekende collega een inhoudelijk gesprek aan te gaan over een van de workshops. Het toppunt van authenticiteit bereikte ik

Schiphol, 26 november 1985.

Ik sta in de rij bij de paspoortcontrole op de luchthaven van Amsterdam. In mijn hand heb ik een vals paspoort.

Ik voel een spanning die waarschijnlijk alleen een vluchteling echt kent.

Terwijl ik daar sta, denk ik:

dit paspoort is niet alleen een identiteitsbewijs. Het is ook een grens.

Een grens tussen mijn werkelijkheid en mijn waarheid.

Een grens tussen mij en de vrouw die in het glazen hokje zit en mij bekijkt.

Dat was geen illusie.

Tot dat moment dacht ik altijd dat een grens een hoge muur was. Zoals de muur tussen Mexico en de Verenigde Staten.

Of tussen Palestina en Israël.

Of de Berlijnse Muur.

Maar daar in Schiphol, zag ik geen muur.

Misschien omdat ik op dat moment eigenlijk niet was wie ik werkelijk was.

Ik weet het niet.

En eerlijk gezegd: ik weet het nog steeds niet.

Dat was een illusie.

Hoe dan ook – ondanks alle controles – kon ik een grens passeren die eigenlijk maar één stap groot was.

Even later zat ik in de trein naar Rijswijk. Ik keek opnieuw naar mijn valse paspoort.

De foto was van mij,

maar het stelde iemand anders voor.

Zelfs mijn lengte was drie centimeter groter.

Ik dacht: hoe belangrijk dit kleine boekje voor mij was.

Ik legde het heel voorzichtig in mijn tas, bang dat ik het zou verliezen.

Ja,

Voor een vogel kun je geen grenzen bepalen.

Maar je kunt wel een kooi bouwen.

Sinds die dag zijn er vele jaren voorbijgegaan. En ik ben door veel grenzen gegaan.

Later heb ik deze grenzen verzameld in twee boeken, rond één vraag: Waar is de grens?

Het eerste boek is een verzameling van mijn schilderijen. Het laat mijn werk zien over meerdere decennia.

Het begint met mijn eerste tekening – een vos die ik maakte toen ik tien jaar oud was. En het eindigt met een groot schilderij dat ik God vermoord toen ik drieënzestig was.

De afstand tussen die twee werken is niet alleen tijd. Het is ook het oversteken van grenzen.

Grenzen van artistieke moed.

Culturele en politieke grenzen.

En ook onzichtbare grenzen die ons verbinden met onze oorsprong.

Langzaam werd het doorbreken van deze grenzen een proces van dichterbij komen.

Zelfs de ervaring van ballingschap werd in dat proces iets anders:

niet alleen een breuk,

maar ook een nieuwe manier om mijn relatie met mijn wortels te begrijpen.

Mijn tweede boek is een roman, geschreven toen ik achtenzestig was.

Daar gaat het niet meer over grenzen in de buitenwereld, maar over grenzen binnenin ons.

Over de grens tussen mezelf en een andere versie van mezelf. Tussen wat geleefd is en wat verborgen is gebleven.

Een zoektocht naar iets dat misschien verloren lijkt,

maar misschien maar een paar stappen van de spiegel verwijderd is.

Misschien is dat wat een grens uiteindelijk is:

het begin van een nieuwe manier om jezelf te begrijpen.

Mansour Bakhtiar

toen ik met drie andere collega's uit het Betuwse dorpje Heteren memoreerde hoe vruchtbaar de Betuwse klei voor de NVGP is geweest. Gevieren vertegenwoordigden we een ex-voorzitter van de NVGP, een ex-lid van de redactie van *Groepen*, een ex-bestuurslid, workshopgevers op congressen en auteurs van vakliteratuur. Of vergisten we ons en waren we juist de vertegenwoordigers van een elitaire bubbel waar Sanneke de Haan ons zojuist voor gewaarschuwd had?

Kijken in stilte

De veertien deelnemers aan de workshop *Kunst als gespreksstarter* door Marie Christine Meijer en Salvatore Vitale, staarden in zaal Tourmalijn naar de gesloten gordijnen. We wisten dat daarachter een schilderij van Mansour Bakhtiar stond opgesteld. Vóór de onthulling sprak Meijer de spelregels van de VST (Visual Thinking Strategies) met ons af. 'Kijk zo direct in stilte naar het kunstwerk. Daarna zal ik een drietal vragen stellen. Het is de bedoeling dat ieder die dat wil, ononderbroken iets mag zeggen over wat je gezien hebt. Dus zonder groepsdiscussie.' Heel ongebruikelijk voor specialisten in groepsdynamica, contra-groepsdynamisch zelfs. De gordijnen schoven open en wel vijftien minuten lang tuurden we in stilte naar het schilderij. 'Wat zie je?' vroeg ze. 'En wat zie je nog meer?' Met elkaar gingen we van de stilte en we gebruikten die om ons te concentreren en om onze waarnemingen te verfijnen. Uit de beurtelings antwoorden bleek hoe we als groep steeds meer details en steeds meer gebeurtenissen in het schilderij konden zien. Een vrije associatie en vrije discussie zou dat ongetwijfeld onmogelijk

hebben gemaakt. Enkele groepsleden zouden dan de leiding hebben genomen – noem ze 'deskundigen' – en met hun commentaar de discussie in een richting hebben gestuurd, anderen zouden hebben gevolgd of gezwegen. Onder leiding van Vitale werd dit soort groepsdynamische kwesties in de groep als geheel besproken. We waren het ermee eens dat we door de vraagstelling van Meijer veiligheid, verbondenheid en plezier met elkaar hadden ervaren en dat we daardoor meer psychische ruimte hadden ervaren om zienswijzen van anderen in ons op te nemen en te waarderen.

Na de workshop ontvingen de workshopgevers positieve reacties van de deelnemers. Bakhtiar zette uiteen wat hij met het schilderij had willen zeggen. In een kleine schriftelijke enquête van hemzelf sprong eruit dat de veertien deelnemers dertien verschillende woorden hadden gebruikt en in affectie aan elkaar verwante woorden als eenzaamheid, storm, ontheemding, isolatie, fragmentatie, inperking, bevreemding en geheim noemden. Het woord 'eenzaamheid' werd twee keer gebruikt. Een rijk schilderij noemde een van de groepsleden het. De VST-methode lijkt me een mooie, onorthodoxe methode om in de groepstherapie met enige regelmaat te gebruiken om ons eraan te herinneren dat de groep als geheel wijzer is dan de enkeling en hoe verrijkend het kan zijn om ongestoord je eigen zienswijze te uiten in de groep.

Technische neutraliteit

De belangstelling voor de workshop *Begrenzing in de TFP: contractsetting en strategische neutraliteit* van Mirjam van Veen en Maaïke Steeman was opvallend groot. In de Trans-

ference Focused Therapy houden de therapeuten zich aan de absolute regel van technische neutraliteit. De groepsleden beginnen de sessie met vrije associaties. De therapeuten, opgeleid door de nu achtennegentigjarige Otto Kernberg, clarificeren op neutrale wijze, zonder 'memory of design', wat ze op elk moment in de groep waarnemen aan dominante thema's en affecten. Ze gaan niet in op individuele groepsleden. De groepsdynamiek wordt in deze fase gekenmerkt door Bions *basic assumptions*. Het is belangrijk om nu vooral niet mee te gaan in *splitting*. Op groepsniveau krijg je dan een toename van overdracht-tegenoverdracht-mechanismen en van primitieve gevoelens van regressie, agressie en verlangen. Bij een goed functionerende groep komt daarna de voor groepsleden en therapeuten zo zoete wederkerigheidsfase van de 'werkende groep' in zicht.

Dit type groepspsychotherapie kan alleen maar werken als de therapeuten met elkaar en met de groepsleden een strikt contract hebben afgesproken over de werkwijze. Zo wordt alles wat binnen, maar ook buiten de groep gebeurt met elkaar besproken. Agressie heeft altijd de prioriteit. Er is geen plaats voor grove agressie, binnen noch buiten de groep.

Om de methode te verduidelijken legden de workshopgevers na de theoretische uiteenzetting een bestaande casus uit hun praktijk aan ons voor. De deelnemers vormden hiertoe subgroepen, met daarna een discussie in de grote groep. De oplossing van problemen binnen de casusgroep had bestaan uit weglopen, de ander als volledig slecht zien, boosheid op zichzelf richten, bondjes vormen en elkaar 'breken'.

Met een collega was ik het er na de work-

shop over eens dat didactiek en psychotherapie verschillende dingen zijn. Het was beter geweest om met de casus te beginnen, vonden we.

Juridische aspecten

Hulpverleners in de ggz vrezen klachtenprocedures, tuchtrecht, geschillencommissies en aanverwante juridische zaken, hoewel die bedoeld zijn om de kwaliteit van de behandeling te bewaken. Anna de Nijs, gezondheidsrechtadvocaat, gaf in kraakheldere taal een uiteenzetting over een keur van de juridische aspecten van ons werk. Omdat duidelijk taalgebruik en precieze formulering als het gaat over juridische zaken zo nauw luisteren, verwijs ik liever naar de tekst van haar lezing die op een later moment in *Groepen* zal worden gepubliceerd dan hier een samenvatting te geven. Wel

*Als je op het matje
wordt geroepen,
kan dat behoorlijk
onder je huid kruipen*

noteer ik hier de les die zij aan het eind van haar lezing gaf: 'Signaleer op tijd dat er een probleem is; leg het vast; zoek oplossingen, bijvoorbeeld door een goed gesprek of bemiddeling; bevestig wat besproken werd. Werk mee aan alternatieven en laat problematiek niet lopen.' De Nijs wees erop dat partijen aan de juridische kant van de ggz ervan bewust zijn dat werken in de ggz mensenwerk is: 'Je hoeft geen 10 te scoren, maar wel een voldoende.' Toepassing van

de regelgeving is ook geen machine. Een tuchtrechter zal in zijn oordeel bijvoorbeeld de aard van de stoornis (ziekte) van een klager meenemen. Als je op het matje wordt geroepen, kan dat behoorlijk onder je huid kruipen, zeker als het om het tuchtrecht gaat. Doe het niet alleen, is het advies van De Nijs.

De aangeklaagde kan slapeloze nachten krijgen van een juridische procedure, de jurist kan ervan smullen. Zoals het geval was in de casus van 'De Boekbespreking', een tuchtrechtzaak. Een cliënte die al jarenlang in therapie is vraagt aan haar therapeut: 'Wil je een voorwoord schrijven voor mijn boek dat ik ga uitgeven?' Hij vindt die vraag niet fijn, zij vindt zijn houding 'intimiderend'. De therapeut bespreekt de casus in zijn supervisie en geeft uiteindelijk per email een afwijzend antwoord. Hij geeft te kennen dat hij de behandeling gaat stoppen en dat hij de cliënte doorverwijst. De conclusie van de tuchtrechter is dat de klacht ongegrond is, maar dat de afhandeling per email niet correct was. Een persoonlijk

gesprek van de therapeut met zijn cliënte was hier op zijn plaats geweest.

De binnenkant van de grens

Zoals je van groepspsychotherapeuten mocht verwachten, eindigde het congres volgens afspraak precies op tijd. De huisarts met wie ik in het begin van het congres had gesproken was al vertrokken. Jammer. Ik had hem willen zeggen dat ik genoten had van 'het gezelligste congres in de ggz' en dat ik uitkijk naar het jubileumcongres op 1 en 2 april 2027 in Landgoed Zonheuvel in Doorn volgende jaar, met de hoop dat het opnieuw zal gaan over enthousiasme en groei. En dat we ons daarna mogelijk weer gaan concentreren op de binnenkant van onze grenzen, die van onze authenticiteit, kaders, protocollen, *evidence based*, statistieken, precisering van de theorie, de discussie over hoe 'groepspsychotherapie' en 'groepstherapie' zich tot elkaar verhouden en wanneer therapie-in-een-groep geen groepstherapie meer is en zelfs geen therapie. ■

Frits van Hest (vanhest@hetnet.nl) is niet meer praktiserend klinisch psycholoog-psychotherapeut.

Refereren aan:

.....
Hest, F. van (2026). Grensgevallen. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, (21)2, p. 59-67.
.....