

Mannen gevraagd!

Kanttekeningen bij psychodynamische vrouwengroepen

Arnout ter Haar is psychotherapeut en personal coach, zelfstandig gevestigd te Amsterdam.

Carol Wismeijer is klinisch psycholoog/psychotherapeut en werkzaam bij Kairos te Arnhem.

Dankzij de inspanningen van de vrouwenbeweging en de daaruit voortgekomen vrouwenhulpverlening (VHV) hebben vrouwengroepen vandaag de dag een duidelijke plaats in de geestelijke gezondheidszorg ingenomen (Rijken, 2005a). In het kielzog van deze ontwikkeling kwam ook plaats voor de specifieke hulpverlening aan mannen (zie bijvoorbeeld De Bruin, 1998) meestal in de vorm van thematisch opgezette groepen, zodat inmiddels in meer algemene zin van seksespecifieke hulpverlening gesproken wordt. Criteria voor seksespecifieke hulpverlening zijn onder andere dat de hulpverlener het sekseperspectief expliciet bij de analyse van de problematiek en de hulpvraag betreft, dat therapeuten zich bewust zijn van sekseverschillen waar het gaat om copingstrategieën en overlevingsstrategieën en dat probleemgedrag zo min mogelijk gepathologiseerd wordt. Daarnaast is kenmerkend dat de machtsdynamiek in primaire relaties aan de orde gesteld wordt en dat cliënten op hun kracht worden aangesproken in plaats van

op hun ziekte of stoornis (Rijken, 2005a). In de theorievorming van de seksespecifieke hulpverlening spelen socialisatieprocessen en maatschappelijke positie een belangrijke rol, waarbij men ervan uit gaat dat er een onmiskenbare machtsongelijkheid tussen de beide seksen bestaat (Van Aken-van der Meer & Kroeze-ten Brummelhuis, 1993). Er wordt gewerkt vanuit een holistische mensvisie, waarbij therapeut en cliënt gelijkwaardig zijn, en transparantie van de hulpverlener en ervaringsdeskundigheid van cliënten van groot belang zijn. Hoewel de seksespecifieke hulpverlening dus zowel die voor mannen als die voor vrouwen betreft, lijkt in de praktijk het aantal vrouwengroepen het aantal mannengroepen ruimschoots te overschrijden (met uitzondering van forensisch psychiatrische groepen, zie bijvoorbeeld Deneer, 2004a). Rijken & Van Hulst (2005) laten zien hoe divers het aanbod vrouwengroepen is. Vrouwengroepen bestrijken dan ook het gehele continuüm van steunend-structurende behandelingen tot inzichtgevende

psychotherapie. Aan de inzichtgevende kant van dit continuüm hebben we het dan over psychodynamische groepspsychotherapie voor vrouwen, gebaseerd op de psychoanalytische theorie van de persoonlijkheidsontwikkeling en de groepsdynamica. Dergelijke groepen zijn ongestructureerd van aard, er wordt gestreefd naar verandering door inzicht, en het betreft in de regel open doorlopendegroepen.

In de ruim twee jaar dat een van de auteurs (Carol Wismeijer) een ambulante psychodynamische psychotherapiegroep voor vrouwen leidde, begon zij zich steeds vaker af te vragen waarom er eigenlijk geen mannen in haar groep zaten. Deze vraag vormt het uitgangspunt van dit artikel.

In het onderstaande willen wij aan de hand van literatuuronderzoek nagaan of in het geval van de psychodynamische psychotherapiegroepen voor vrouwen het seksehomogene eigenlijk wel bijdraagt aan een beter behandelaanbod. Wij beginnen met het bespreken van het gedachtegoed van Chodorow en Halberstadt-Freud ten aanzien van de moeder-dochterrelatie.

Vervolgens geven we de argumenten uit de literatuur weer die voor psychodynamische vrouwengroepen pleiten, om daar aansluitend kanttekeningen bij te plaatsen. In de discussie wordt getracht een en ander met elkaar te verbinden.

De moeder-dochterrelatie: Chodorow en Halberstadt-Freud

Nancy Chodorow (1980) heeft in haar inmiddels klassiek geworden en veel geci-

teerde boek *Waarom vrouwen moeders* beschreven hoe de vroegkinderlijke ontwikkeling bij jongens en meisjes verschilt. Vanwege de heldere beschrijving die Duindam (1992) geeft over het werk van Chodorow citeren wij hem hier letterlijk.

‘Chodorow begint haar betoog met de moeder-dochterrelatie. Een moeder, die op haar beurt ook door een vrouw bemoederd is, voelt zich meer één met haar dochter dan met haar zoon. Haar zoon ziet ze vanaf het begin als seksueel anders. Dit maakt de band tussen moeder en dochter nauwer dan tussen moeder en zoon. Maar niet alleen identificeert de moeder zich sterker met haar dochter dan met haar zoon, ook de dochter zelf is meer dan de zoon in de gelegenheid om zich op een persoonlijke manier met haar moeder te identificeren. Ze ziet haar moeder de hele dag bezig: deze vormt een zeer concreet en nabij identificatiemodel voor haar. Door de voortdurende wederzijdse en persoonlijke identificatie kan er bij het meisje een onproblematische en stabiele vrouwelijke identiteit ontstaan. Echter, juist door de grote nabijheid en betrokkenheid, zullen haar ego-grenzen tegelijkertijd niet zo strak zijn: het is niet precies duidelijk, waar de moeder ophoudt en de dochter begint.

Ook de zoon zal zich in eerste instantie met zijn moeder identificeren: zijn eerste identiteit is dan ook vrouwelijk. In tweede instantie wordt hij echter gedwongen een mannelijke identiteit te ontwikkelen, hetgeen een pijnlijk proces is. Hij kan zich niet, zoals het meisje met haar moeder, op een persoonlijke manier met zijn vader

identificeren, want deze werkt buitenshuis. Daarom moet hij zich op een abstracte manier, of positioneel, met zijn vader gaan identificeren. Mannelijkheid wordt voor hem zo: het niet-vrouwelijke, de ontkenning van vrouwelijkheid. Dit leidt tot een devaluatie van vrouwelijkheid, zowel in hemzelf als in de buitenwereld. Door de beschreven breuk in identificatiefiguren is de mannelijke identiteit veel minder stabiel en onproblematisch dan de vrouwelijke. Het jongetje probeert op krampachtige manier, door zich tegen het vrouwelijke af te zetten, zijn nieuwe identiteit veilig te stellen. Hierdoor ontwikkelt hij nogal rigide ego-grenzen.' (p. 126-127)

Op grond van het bovenstaande blijven meisjes dus langer, en op een diepere en meer diffuse manier verbonden met hun moeder dan jongens.

Halberstadt-Freud (1988) spreekt in het kader van de separatieproblemen tussen moeder en dochter over de symbiotische illusie. Zij stelt dat de homoseksuele objectrelatie waarmee het meisje haar leven begint, gevoegd bij de identificatie met de moeder, een dubbele binding teweegbrengt. Deze sterke binding met de moeder kan de losmaking in de weg staan en regressieve tendensen oproepen die de normale ontwikkeling van de dochter bedreigen. Pogingen om toch te separeren en autonomie te bereiken worden, zo zegt Halberstadt-Freud, als agressief ervaren door vrouwen. Zelfs als er geen daadwerkelijke agressie aan te pas komt roept dit schuldgevoelens op. Het alternatief is

evenmin aantrekkelijk: passief zijn en afhankelijk van moeder blijven wekt schaamte.

Moeder en dochter zijn elkaars identificatieobject. Of de relatie met de moeder voor het meisje uiteindelijk belemmerend werkt en haar latere objectrelaties zal overschaduwen, hangt onder andere af van de vraag in hoeverre de moeder behoefte heeft aan een dochter die haar evenbeeld en verlengstuk kan zijn.

In de raprochementfase (Mahler et al., 1975, in: Halberstadt-Freud, 1988) van het separatie-individuatieproces, als het meisje gaat experimenteren met nabijheid en afstand ten opzichte van haar moeder, kan angst voor afwijzing – en in de fantasie ook angst voor vernietiging – door moeder optreden, evenals schuldgevoelens. De gelijkheid van geslacht en het ontbreken van zichtbare verschillen tussen moeder en dochter maken dat de identificatie zonder separatie kan plaatsvinden, waardoor de eigen identiteitsontwikkeling van de dochter in het geding komt. Voorbeelden hiervan zijn terug te zien in het feit dat het meisje in regel sneller zindelijk is dan de jongen, voegzamer is, zich sociaal sneller ontwikkelt en in de latentieperiode zelfs kan excelleren in vergaande braafheid die ouders en leerkrachten zo tevreden stelt.

Als identificatie met moeder zonder separatie van moeder plaatsvindt, spreekt Halberstadt-Freud van de symbiotische illusie. Beiden hebben elkaar dan nodig en geen van beiden is er bij gebaat de ander te verliezen. Vooral moeders die een gevoel van onvolmaaktheid beleven, hebben

behoefte aan een symbiose met hun dochter. De symbiotische illusie houdt in dat er geen haat en nijd (agressie) tussen de twee leden van de idylle toegelaten mag worden. Er moet voortdurend bewezen worden dat de agressie niet bestaat, terwijl die juist door het onlosmakelijk zijn en elkaar voortdurend nodig hebben maximaal wordt aangewakkerd. Er moet als het ware een non-agressiepact gesloten worden: de dochter offert hierbij haar onafhankelijkheid op, de moeder geeft liefde en verzorging terug. De gefingeerde innigheid dient om schuldgevoel te beteugelen: er is geen agressie, geen separatie, geen meningsverschil, en de onbewuste haat die er wel is, wordt verzwegen. De opgeofferde onafhankelijkheid leidt bij de dochter tot schaamte. Het non-agressiepact voorkomt dus dat het meisje zich kan separeren van moeder; de jongen daarentegen moet in zijn ontwikkeling van identificatieobject wisselen (van moeder naar vader) en leert in dit pijnlijke proces zijn ego-grenzen aan te scherpen en zijn agressie te gebruiken. Bovendien zal over het algemeen de agressie – in overte zin – meer door de vader dan door de moeder vertegenwoordigd worden, en kan de jongen zich daarmee verder identificeren na de objectwisseling. Hoewel het meisje deze vanzelfsprekende identificatie met haar vader mist, kan vader volgens Halberstadt-Freud wel een scheidende functie vervullen. Hij kan het meisje helpen de moeder niet meer als absoluut te zien en haar separatie zodoende bevorderen. Daarnaast kan vader ook een (deel)identificatieobject worden: hij kan iets goed

maken, iets rechtekken wat zij bij haar moeder gemist heeft of wat juist te veel van het goede was. Door zich deels met vader te identificeren kan het meisje leren haar agressie in te zetten in het kader van haar autonomie door zich af te grenzen van overidentificatie met moeder. Vader biedt zo de mogelijkheid op een herkansing (die overigens, afhankelijk van de persoon van vader, ook op een teleurstelling kan uitlopen).

Argumenten voor psychodynamische vrouwengroepen

Delahay & Faberij de Jonge (1986) beschrijven op heldere wijze wat er in psychodynamische vrouwengroepen gebeurt. Op grond van literatuuronderzoek stellen zij dat het groepsproces in psychodynamische vrouwengroepen gezien kan worden als een herhaling van de vroege (pre-oedipale) ontwikkelingsfasen. Het feit dat deze oude problematiek zich bovendien snel herhaalt zou dan ook goede mogelijkheden voor de behandeling bieden. Zo worden vrouwen in vrouwengroepen veel afhankelijker dan in een gemengde groep, waardoor de separatie-individuatie problematiek zeer duidelijk zichtbaar wordt. Er ontstaan gevoelens van intimiteit tussen de vrouwen (*pairing*), terwijl vrouwen in gemengde groepen juist de competitie met elkaar aangaan. Vrouwen zouden verder in vrouwengroepen bijzonder bang zijn om afbreuk te doen aan de autoriteit van de moeder, ofwel de therapeute. Zij wordt gezien als succesvolle autoriteitsfiguur,

iemand om je mee te identificeren, terwijl de macht die ze de moeder/therapeute toedichten ook als destructieve en dus angst-opwekkende kracht gezien wordt. Kritiek op de therapeute roept dan ook angst op. Dit gaat gepaard met de oude angst voor versmelting en verlies van de eigen identiteit. De sterke afhankelijkheid die in vrouwengroepen ontstaat lijkt een herhaling van de symbiotische fase te zijn. De overgang naar de separatie en individuatiefase wordt hierdoor bemoeilijkt, en sommige vrouwen kunnen dit alleen bewerkstelligen door de groep te verlaten.

Om niet in de afhankelijkheidsfase te blijven hangen hebben Delahay en Faberij de Jonge voor aanvang van hun eigen vrouwengroepen een aantal richtlijnen opgesteld: niet te warm en empatisch zijn, duidelijke grenzen hanteren, het uiten van boosheid en kritiek optimaal mogelijk maken, en ruimte scheppen om te mogen differentiëren in de groep. Op grond van hun eigen ervaringen als therapeuten van een psychodynamische vrouwengroep concluderen zij het volgende.

De bekende vier fasen die Levine beschrijft in de ontwikkeling van groepen voltrekken zich in een vrouwengroep in een ander tempo dan in een gemengde groep. De eerste fase, de parallelfase, verloopt sneller. De groepscohesie ontstaat al snel, en wat verder opvalt is de grote mate van afhankelijkheid die ontstaat. Er zijn veel regressieve angsten. Ook de tweede fase, de opnemingsfase, dient zich sneller aan dan in een gemengde groep. De vrouwen ont-

wikkelen snel onderlinge banden, waarbij de intimiteit en gelijkheid sterk worden benadrukt. Inhoudelijk gaat het veel over moeders en over thema's die buiten de groep spelen. Er is veel onderlinge steun en weinig competitie. Over mannen wordt vaag, negatief beschuldigend gesproken, vooral als een van de therapeuten afwezig is. In de volgende fase, die van de wederkerigheid, ontstaat felle competitie om de aandacht van de therapeuten. Het lang verdrongen gemis om aandacht komt naar boven, sterker dan in gemengde groepen. Thema's die in deze fase aan de orde komen zijn het grenzen stellen versus versmelten, het uiten van boosheid (heftige woede) en seksualiteit. Het focus komt meer te liggen op gebeurtenissen binnen de groep. De separatie-individuele thematiek uit de vroege jeugd herhaalt zich in de groep. De laatste fase, de afscheidsfase, gaat gepaard met gevoelens die veel heftiger zijn dan in de afscheidsfase van een gemengde groep. De agressie die dit met zich meebrengt kan moeilijk geuit worden en komt verhuld naar buiten, bijvoorbeeld door goed voor elkaar te zorgen, vooral te praten over problemen buiten de groep, de nadruk te leggen op zelfhaat, depressie, schuldgevoelens of door veel te babbelen of te zwijgen. Rijken (2005b) verwoordt het aldus: 'In vrouwengroepen wordt snel cohesie bereikt, waardoor eerder een veilige sfeer ontstaat. De onthechting bij het afscheid verloopt als gevolg daarvan moeilijker. Mannen gaan makkelijker conflicten aan en maken zich in de eindfase sneller los uit de groep.'

In diverse bronnen worden de verschillen beschreven tussen vrouwengroepen en gemengde groepen; wij geven hier een overzicht.

Rijken (2005b) noemt een aantal argumenten waarom juist voor een vrouwengroep gekozen kan worden. Zo worden in een vrouwengroep de gemeenschappelijke elementen in de levens van vrouwen meer zichtbaar en kan het individualiseren van problemen – wat het isolement van vrouwen versterkt – tegengegaan worden; machtspatronen (de therapeut als alwetende, en daardoor machthebbende autoriteit) worden doorbroken doordat veel nadruk gelegd wordt op de ervaringsdeskundigheid van de groepsleden; klachten worden herbenoemd en geherwaardeerd in termen van overlevingsmechanismen; in een vrouwengroep zou gemakkelijker gepraat kunnen worden over thema's die schaamte oproepen zoals seksualiteit en misbruik; er is in een vrouwengroep een betere aansluiting bij de leerstijl van vrouwen, namelijk het leren via het zich verbinden, via het 'wij' naar het 'ik'.

In een gemengde groep hebben vrouwen de neiging terug te vallen in seksstereotiep gedrag zoals belangstellende vragen stellen, persoonlijke onthullingen doen, kritiek en boosheid uit de weg gaan (Rijken, 2005b).

In vrouwengroepen ontstaan vaak snel positieve overdrachtsgevoelens ten opzichte van andere groepsleden en therapeuten, die zorgen voor een sfeer van geborgenheid waarin corrigerende ervaringen worden opgedaan. Positieve overdracht kan ook

identificaties met de therapeuten of met andere groepsleden bevorderen, zodat oude seksstereotiepe beelden kunnen worden gecorrigeerd (Rijken, 2005b).

Goudswaard (1997) besteedt een heel hoofdstuk aan de meerwaarde van vrouwengroepen in haar boek *Vrouwengroepen*. Zij noemt eveneens de leerstijl via het zich verbinden; de herkenning dat problemen van vrouwen universeel zijn en dat vrouwen niet uitsluitend zelf verantwoordelijk zijn voor het ontstaan van die problemen; de vrouwspecifieke kleur en inhoud van de overdracht, die identificaties kan bevorderen.

Met vrouwengroepen zouden alle nadelen die aan gemengde groepen zitten vermeden kunnen worden (Wolman, 1976. In : Delahay & Faberij de Jonge, 1986): 'In gemengde groepen wordt een sekserol bevestigd; je ziet dat vrouwen de acceptatie van mannen zoeken in plaats van zichzelf te accepteren. Je ziet dat vrouwen zichzelf definiëren in relatie tot anderen, zodat ze de eigen identiteit niet verder ontwikkelen.' In vrouwengroepen zouden andere onderwerpen aan de orde komen dan in gemengde groepen. In gemengde groepen gaat het meer over problemen in het hier en nu en over interpersoonlijke problematiek. In vrouwengroepen wordt meer teruggegrepen op vroeger en gaat het meer over intrapersoonlijke problematiek (Schubert Walker, 1981. in: Delahay & Faberij de Jonge, 1986).

Een ander verschil is dat vrouwen in een gemengde groep competitief zijn: ze concurreren met elkaar om de aandacht van de

mannen. Deze dynamiek is afwezig in vrouwengroepen. Hier wordt veel meer de intimiteit met elkaar gezocht. Vrouwen zijn in gemengde groepen minder lang aan het woord, praten zachter en zijn passiever dan vrouwen in vrouwengroepen.

In gemengde groepen vertegenwoordigen de mannen de agressie en de vrouwen de zachtere emoties. In vrouwengroepen zullen vrouwen zelf moeten leren boosheid en kritiek te uiten (Bernardez, 1993. In: Delahay & Faberij de Jonge, 1986)

In vrouwengroepen komen onderwerpen aan bod die in gemengde groepen minder aan bod komen, zoals vrouwen en werk, en seksualiteit (Delahay, 1997).

Van de Craats & Vrieling (2005) tenslotte noemen dat de (kortdurende) psychodynamische vrouwengroep goed aansluit bij een aantal uitgangspunten van de vrouwenhulpverlening, zoals het tegengaan van regressie en afhankelijkheid, het vergroten van de eigen verantwoordelijkheid, van de autonomie en van herkenning.

Argumenten tegen psychodynamische vrouwengroepen

Als het gaat om separatie-individuele problematiek blijkt de vaderfiguur een belangrijke rol te spelen om de losmaking van de moeder te faciliteren. Bij Chodorow is vooral zijn afwezigheid bepalend, bij Halberstadt-Freud kan hij helpen een scheidende functie te vervullen en een (deel)identificatieobject worden, zodat de moeder door het meisje niet als absoluut wordt gezien en zij zich dus kan gaan sepa-

ren van moeder. De vaderfiguur vertegenwoordigt de overte agressie, die zeker in het licht van het non-agressiepact tussen moeder en dochter, zo nodig is en helpt om de egogrenzen te versterken. Wanneer wij vrouwen in een groep met uitsluitend andere vrouwelijke groepsleden plaatsen, en de therapeuten eveneens van het vrouwelijk geslacht zijn, dan ontbreekt wederom de vaderfiguur (Chodorow) en ontnemen wij hen tevens de mogelijkheid om zich met dit mannelijke element te identificeren (Halberstadt-Freud), en dit geleidelijk aan te internaliseren. Een vrouwengroep met vrouwelijke therapeuten wordt zo vooral een weerspiegeling van de moeder-dochterrelatie, die zonder de mannelijke component van een vaderfiguur de gebrekkige individuatie gaat bestendigen. In aanwezigheid van een mannelijke therapeut daarentegen, die als vaderfiguur van dienst kan zijn, kunnen de vrouwelijke groepsleden leren hun agressie ten aanzien van de moeder te uiten en de noodzakelijke separatie van de geïnternaliseerde moeder op gang te brengen. Er kunnen deelidentificaties met de mannelijke therapeut als vaderfiguur ontstaan, terwijl zij zich ook met de vrouwelijke therapeut en de andere vrouwen in de groep kunnen identificeren. In aanwezigheid van mannelijke groepsleden/broertjes kunnen vrouwen bovendien leren van de wijze waarop de mannen zich afgrenzen en met agressie omgaan. (Uiteraard kunnen de mannen in een gemengde groep evenveel van de vrouwen leren, maar dat valt buiten het bestek van dit artikel.)

De steeds terugkerende strijd met mannen die sommige vrouwen geneigd zijn te voeren wordt vaak geduid als woede op de almachtige moeder. Waarom deze strijd niet te duiden als woede op de afwezige vader, die zo hard nodig was om grenzen te leren ten opzichte van moeder, of te duiden als het alsnog opzoeken van een vaderfiguur met wie geoefend kan worden, ten einde de losmaking verder vorm te geven en tot meer autonomie te komen?

Ervan uitgaande dat het separatie-individuele proces gevoed wordt vanuit een intrinsieke behoefte (zie bijvoorbeeld Tjihuis, 2005) en verlangen om te groeien, om zichzelf te verwerkelijken, zich los te maken en te mogen differentiëren, om een eigen identiteit te ontwikkelen, is het voor de hand liggend te veronderstellen dat het meisje (net als de jongen) omstandigheden zoekt die dit mogelijk maken. Het opzoeken van de strijd met de vaderfiguur wordt ook in de pre-oedipale fase al waargenomen (Mispelblom Beyer-Broeshart, 1988), waarbij het meisje vaders kracht probeert te overwinnen door middel van plagen, uitdagen, belachelijk maken of verleiden. Dit vindt plaats binnen het dyadisch contact met vader, met moeder als steun, dus nog niet in rivaliteit met moeder. Mispelblom bespreekt verschillende subfasen van de pre-oedipale fase volgens het model van Glover en Mendel (1982, in: Mispelblom Beyer-Broeshart, 1988). Hierin wordt de symbiotische problematiek tussen moeder en dochter genuanceerd en wordt de rol van de vader benadrukt. In dit kader is van belang dat het meisje zich ook met

bepaalde wensen of eigenschappen van vader of broers identificeert en dat deze (deel)identificaties haar helpen van moeder te separeren. In wezen richt het meisje zich reeds voor de oedipale fase afwisselend op beide ouders. Ze hecht zich al vroeg en specifiek aan vader en wendt zich herhaaldelijk van moeder naar vader om zich te kunnen separeren en ook om die bevrediging van vader te proberen te krijgen die ze van moeder niet krijgt. Dit pleit onzes inziens voor een gemengde groep.

Dat in vrouwengroepen snel cohesie ontstaat lijkt mooi, maar heeft ook een schaduwzijde: te veel cohesie leidt evenals te weinig cohesie tot problemen in het groepsproces. Bij te veel cohesie zijn de onderlinge grenzen te diffuus en ontstaat collusie; samen met de gerapporteerde sterke mate van afhankelijkheid en regressie in psychodynamische vrouwengroepen (Delahay & Faberij de Jonge, 1986) zou zo een symbiotische tendens kunnen ontstaan die nauwelijks meer te bewerken valt. Dat de afscheidsfase zo heftig verloopt in psychodynamische vrouwengroepen heeft mogelijk te maken met deze – te sterke – symbiotische tendens.

De eerder weergegeven argumenten die Rijken (2005b) noemt vóór een vrouwengroep lijken ons zeer valide waar het de meer steunend-structurende groepen (autonomiegroep, incestverwerkingsgroep e.d.) betreft. Bij een psychodynamische groep echter lijken de genoemde punten de beoogde ontwikkeling juist in de weg te

staan. Immers, het tegengaan van individualiseren van het probleem zou kunnen leiden tot een blijven hangen in een afhankelijk makend wij-gevoel waarin onvoldoende plaats is voor differentiatie en individuatie. Het doorbreken van geijkte machtspatronen in een vrouwengroep schept weinig leermogelijkheden om die machtspatronen in het dagelijks leven – waarvan mannen nu eenmaal deel uitmaken – het hoofd te bieden. Het herwaarderen van klachten in termen van overlevingsmechanismen werkt voor iedereen – dus ook voor mannen – in eerste instantie deculpabiliserend; het biedt een nieuwe kijk op de eigen problemen, en moet de opmaat vormen om de aard en de herkomst van de problemen te onderzoeken om uiteindelijk meer adequate coping te ontwikkelen. Door te veel nadruk op deze herwaardering te leggen kan het gemakkelijk als een stop op de fles werken, een excuus worden dat verandering zelfs in de weg staat. Dat er over schaamtevolle thema's als seksualiteit makkelijk in een sekshomogene groep gesproken wordt lijkt ons niet vanzelfsprekend. Delahay (1997) zegt hierover het volgende: 'Seksualiteit lijkt in het begin een zaak waarover de groepsleden [in een vrouwen groep] gemakkelijk praten. Toch blijft het gesprek bij nadere beschouwing oppervlakkig en beperkt tot mededelingen.' Bekend is dat het thema seksualiteit in een psychodynamische groep sowieso niet gemakkelijk aan bod komt. Onmogelijk is het echter niet, en het zal onder meer afhangen van de beleefde veiligheid in de groep en de eigen attitude van de groepstherapeuten ten aanzien van seksua-

liteit (zie bijvoorbeeld Ter Haar, 2001).

Het laatste punt dat Rijken noemt betreft de leerstijl van vrouwen via het zich verbinden. Dit verbinden kan het mogen differentiëren en individueren bemoeilijken, zodat identificatie zonder separatie zich dreigt te herhalen. In een gemengde groep kan enerzijds het verbinden met de andere vrouwen gewoon plaatsvinden, maar krijgen vrouwen anderzijds ook de mannelijke leerstijl te zien, waarmee ze zich gedeeltelijk zouden kunnen identificeren. Het tegengaan van regressie en afhankelijkheid in een psychodynamische vrouwengroep, zoals Van de Craats & Vrieling (2005) beschrijven, gaat waarschijnlijk wel op voor een kortdurende groep; waar het een doorlopende en dus langer durende psychodynamische vrouwengroep betreft is weliswaar een zekere mate van regressie noodzakelijk, maar zal extra gewaakt moeten worden op een herhaling van de symbiotische illusie, zeker gezien het feit dat regressieve angsten zich al in de beginfase van de vrouwengroep zo duidelijk manifesteren (Delahay & Faberij de Jonge, 1986). Ook de sterke mate van afhankelijkheid, die zo snel ontstaat in een vrouwengroep (Delahay & Faberij de Jonge, 1986) lijkt ons niet per definitie wenselijk, en zal samen met het verlangen naar intimiteit het bevorderen van de autonomie in de weg kunnen gaan staan.

Met betrekking tot de verschillen die beschreven worden tussen vrouwengroepen en gemengde groepen kunnen de volgende kanttekeningen worden gemaakt.

In de psychodynamische groepspsychotherapie zijn we gewoon alles te bespreken en te onderzoeken wat zich voordoet (of wat juist wegblijft). Mocht het zich voordoen dat vrouwen een ondergeschikte rol ten opzichte van mannen innemen in de groep, dan dient dat besproken en onderzocht te worden. Naar aanleiding hiervan kunnen zowel de vrouwen als de mannen in de groep zich afvragen welke positie zij innemen binnen de groep, en waarom; ook kan bekeken worden hoe zij zich zouden willen verhouden tot de andere groepsleden van gelijke dan wel verschillende sekse. Het geeft een mooie opening om de posities in het gezin van herkomst verder te exploreren, waarbij de ouder-kindrelaties – dus ook de moeder-dochterrelatie – in al zijn facetten een centraal maar gedifferentieerd groepsthema kan worden.

Als de vrouwen in de groep gaan concurreren om de aandacht van de mannen dient ook dit – net als ieder ander fenomeen – in de groep door de therapeuten gesignaleerd en verwoord te worden, opdat het verder onderzocht kan worden. Hetzelfde geldt als vrouwen in de gemengde groep minder aan het woord zouden komen dan de mannen, of als in de gemengde groep te veel over het hier en nu en interpersoonlijke problematiek gesproken wordt ten koste van zaken die het verleden betreffen en ten koste van de intrapersoonlijke problematiek. Overigens is het onze eigen ervaring dat de concurrentie om de mannen niet anders is dan de concurrentie die de mannen om de vrouwelijke groepsleden kunnen hebben, en zijn de vrouwen juist vaker aan het

woord dan de mannen. Het kunnen laveren tussen problemen in het hier en nu en problemen uit de kindertijd, en in staat zijn de interpersoonlijke problematiek te vertalen naar de intrapsychische problematiek en vice versa, dient te behoren tot de basisvaardigheden van elke (groeps)psychotherapeut, en moet niet opgelost worden door de vrouwen van de mannen te scheiden.

Als bepaalde thema's opvallend wegblijven, zoals (de vrouwelijke) seksualiteit, of werk met het moederschap combineren, dient dat aan de orde gesteld te worden, en dient geëxploreerd te worden waarom het onderwerp wegblijft. Zeker in deze tijd kan het interessant zijn om te vernemen hoe de mannen in de groep hier tegenaan kijken, of, indien zij zelf vader zijn, hiermee omgaan in hun relatie. Op deze wijze geeft het zowel voor de mannen als de vrouwen mogelijkheden om nieuwe ervaringen op te doen en te leren van de andere sekse. Zo kan een levendige dynamiek ontstaan die voor de beide seksen betekenisvol is.

Al deze zaken moeten dus gewoon op tafel komen. Het samenstellen van sekshomogene psychodynamische groepen kan onzes inziens soms opgevat worden als het omzeilen en vermijden van zaken die nu eenmaal tussen de seksen spelen.

Wat verder opvalt in de literatuur is dat de verschillen tussen mannen en vrouwen, en tussen gemengde en seksespecifieke groepen sterk benadrukt worden. Hierbij ontstaat de indruk dat de overeenkomsten niet zo relevant zijn.

Glatzer (1988) laat zien dat in de pre-oedipale fase de fantasie van de slechte heksen-

moeder een belangrijke rol speelt. Ook in de normale ontwikkeling ontstaat er woede ten opzichte van de moeder vanwege beperkingen die de realiteit het kind oplegt. Moeder is de eerste en belangrijkste representant van deze frustrerende wereld en op haar wordt de woede dan ook geprojecteerd. Zij wordt gezien als almachtig en vijandig, en de angst die zij opwekt moet gedevalueerd worden. Het is deze pre-oedipale fantasie die moet worden doorgewerkt. De onopgeloste rivaliteit, afgunst en sterke gevoelens van ontoereikendheid in relatie tot de vreesaanjagende pre-oedipale moeder komt zowel bij jongens als bij meisjes voor. Beide seksen raken betrokken in deze vroege machtsstrijd met het geprojecteerde beeld van de archaische, verslindende moeder. De heftigheid van deze strijd verschilt uiteraard van individu tot individu, maar verschilt niet zozeer tussen de seksen. Ook dit pleit voor een gemengde groep. Voor beide seksen geldt dat vader een belangrijke rol speelt in het loskomen van moeder. Het jongetje moet de overstap maken van moeder naar vader als identificatieobject en hiermee de symbiose met moeder verlaten. Het meisje moet zich losmaken van moeder en zich tevens met haar identificeren. Hierbij is vader een hulpmiddel om grenzen te leren stellen, als model in de nieuwe relatie tot moeder en als (deel)identificatieobject. De overeenkomst tussen beide seksen in de pre-oedipale fase is dus de wijze waarop de almachtige moeder beleefd kan worden en de wijze waarop het kind zich tot de moeder in de realiteit moet leren ver-

houden. Vader speelt hierbij zowel voor de jongen als het meisje een belangrijke – zij het verschillende – rol.

Discussie

In het bovenstaande hebben wij getracht duidelijk te maken dat de argumenten die gegeven worden om juist vóór een psychodynamische vrouwengroep te kiezen op zijn minst discutabel zijn. In het licht van de pre-oedipale ontwikkeling van meisjes en de complexiteit van de identificatie met en de losmaking van één en hetzelfde object, bespraken wij het belang van de vaderfiguur om uit de symbiotische illusie met moeder te komen; het gaat hierbij om zijn rol als vertegenwoordiger van de overte agressie – zo nodig om ego-grenzen te versterken –, om zijn rol als (deel)identificatieobject en om zijn scheidende functie in het separatieproces. Juist bij vrouwen met pre-oedipale problematiek, waar de symbiotische illusie met moeder mede dankzij de afwezigheid of onvoldoende beschikbaarheid van de vaderfiguur in stand gehouden bleef, biedt een seksegemengde groep met een man-vrouw therapeutenkoppel meer mogelijkheden om de oude problematiek door te werken zodat het separeren en individueren alsnog verder vorm kan krijgen. Dat vrouwengroepen bestaansrecht hebben trekken wij geenszins in twijfel; het grote actuele aanbod aan vrouwengroepen voorziet in een duidelijke behoefte, zeker waar het de meer gestructureerde, thematische groepen betreft. Maar waar het om de ongestructureerde psychodynamische groepen

gaat, zijn wij van mening dat een seksehogogene groep in feite de helft van onze dagelijkse realiteit buiten beschouwing laat, en zo vrouwen zelfs de kans ontnemt om op een andere wijze met deze helft te kunnen experimenteren binnen de veilige beslotenheid die een groep kan bieden. De seksegemengde groep benadert een sociale microkosmos (Yalom, 1975) dan ook beter dan een seksspecifieke groep. Uiteraard dient ieder man-vrouw therapeutenkoppel in een seksegemengde groep voldoende kennis te hebben van en alert te zijn op seksspecifieke problemen, zowel in hun uitingsvorm als in hun ontstaanswijze. In opleiding en supervisie zal hier voldoende aandacht aan besteed moeten worden. De psychodynamische mannengroep is in dit artikel niet besproken; opvallend is dat er veel minder over gepubliceerd is, en er dus minder over bekend is. Desalniettemin menen wij dat - mutatis mutandis – hetzelfde geldt als hetgeen wij voor de psychodynamische vrouwengroepen bespraken. Zo beschrijft Deneer (2004b) het belang van een man-vrouw therapeutenkoppel in een open, doorlopende, semi-gestructureerde mannengroep van exhibitionisten: ‘Tenslotte draagt aan de kracht van een groep bij dat deze geleid wordt door twee therapeuten, een man en een vrouw. Hun functie als rolmodel is optimaal: ze zijn gelijkwaardig in hun samenwerking, ze wisselen onderling van rol, ze komen los van hun identiteit als man of vrouw als het gaat om professionaliteit, maar ze kunnen ook – waar nodig – een seksspecifieke invalshoek aandragen.

Cliënten leren in het bijzijn van een vrouw en van andere mannen te praten over seks, over exhiberen en over andere problemen.’ (p.134)

Hoewel het hier weliswaar geen psychodynamische mannengroep betreft, en genoemd citaat alleen naar het seksegemengde therapeutenkoppel verwijst, verwoordt zij wel precies waar het ons om gaat. Het binnenhalen van de andere sekse in seksspecifieke psychodynamische groepen zal onzes inziens te sterke regressieve tendensen kunnen couperen, de onderlinge dynamiek vergroten en verlevendigen en zal uiteindelijk meer mogelijkheden bieden om via de overdracht tot differentiatie en individuatie te komen, omdat het een betere representatie van onze alledaagse werkelijkheid vormt.

Literatuur

- Aken-van der Meer, M. van & Kroeze-ten Brummelhuis, J. (1993). Ambulante vrouwengroepen: indicatiestelling. *Handboek Groepspsychotherapie* (L2, 1-20). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Alonso, A. (1988). Bespreking van Vrouwengroepen geleid door vrouwen. *Psychotherapeutisch Paspoort*, 1, pag. 4.27 – 4.30.
- Bruin, F, de (1998). Halfgestructureerde mannengroepen. *Handboek Groepspsychotherapie*, L5, 1-26. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Chodorow, N. (1980). *Waarom vrouwen moederen: psychoanalyse en de maatschappelijke verschillen tussen vrouwen en mannen*. Amsterdam: Uitgeverij Sara.

Craats, I. van de, & Vrielink, I (2005). 'Laat mij maar, ik doe het wel alleen.' De focale groep: een tijdsgelimeerde psychodynamische vrouwengroep. In: H. Rijken & J. van Hulst (red.). *Therapiegroepen voor vrouwen. Van actie naar professie*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Delahay, A. (1997). Tien jaar psychoanalytische vrouwengroepen. In : H. Goudswaard, *Vrouwengroepen*. Amsterdam: Van Gennep.

Delahay, A & I. Faberij de Jonge (1986). Zijn vrouwengroepen anders? Verslag van een psychodynamisch georiënteerde vrouwengroep. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 12, 3-12.

Deneer, B. (red.) (2004a). *Gevaarlijke groepen. Groepsbehandeling in de ambulante forensische psychiatrie*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Deneer, B. (2004b). 'Ik doe toch niemand kwaad?!..' groepsbehandeling bij exhibitivisten. In: B. Deneer (red.). *Gevaarlijke groepen. Groepsbehandeling in de ambulante forensische psychiatrie*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Duindam, V.P.J. (1992). Geslachtsspecifieke ontwikkeling: het werk van Chodorow. In: C.H.C.J. van Nijnatten, (red.). *Psychodynamische ontwikkelingsmodellen*. Meppel: Boom.

Glatzer, H.T. (1988). Recensie van 'Vrouwengroepen, geleid door vrouwen'. *Psychotherapeutisch paspoort*. I, 4, 23-26.

Goudswaard, H. (1997). *Vrouwengroepen*. Amsterdam: Van Gennep.

Haar, A. ter (2001). Seks aan de tafel. Seksualiteit als thema in groepspsychotherapie voor jong volwassenen. *Groepspsychotherapie*, 35, 4, 201-208.

Halberstadt-Freud, H.C. (1988). Schaamte en schuld door separatieproblemen tussen moeder en dochter. In: P.J.G. Mettrop, M.L. van Tiel & E.M. Wiersma (red.). *Schuld en schaamte. Psychoanalytische opstellen*. Meppel: Boom.

Levine, B. (1979). *Group psychotherapy, practice and development*. London: Prentice Hall International.

Mahler, M.S., Pine, F.D. & A. Bergman(1975). *The psychological birth of the human infant*. New York: Basic Books.

Mispelblom Beyer-Broeshart, K. (1988). *Recente theorievorming over de vrouwelijke ontwikkeling, met name de vroege ontwikkeling*. Lezing voor de Nederlandse Vereniging voor Psychoanalyse, Amsterdam.

Nicolai, N.J. (1992). Gender en psychotherapie. Theoretische en praktische aspecten. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 18, 5, 252-270.

Rijken, H. (2005a). Inleiding. In: H. Rijken & J. van Hulst (red.). *Therapiegroepen voor vrouwen. Van actie naar professie*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Rijken, H. (2005b). Het eigene van vrouwengroepen. In: H. Rijken & J. van Hulst (red.). *Therapiegroepen voor vrouwen. Van actie naar professie*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Rijken, H. & J. van Hulst (red.) (2005). *Therapiegroepen voor vrouwen. Van actie naar professie*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Tijhuis, L. (2005). De individuatie van een psychotherapeut. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 31, 2, 101-121.

Yalom, I.D. (1975). *The theory and practice of group psychotherapy*. New York: Basic Books, Inc.