

Ik stond erbij en ik keek er naar

Over regressie in groepen en het zwijgen van de groepstherapeut

Arnout ter Haar is psycholoog/psychotherapeut en personal coach te Amsterdam.

Als u al het voorgaande in dit jubileumnummer gelezen hebt, dan bent u weer redelijk op de hoogte van de diversiteit van groepsprocessen buiten de therapiekamer: van supportersgeweld tot eindtijd bewegingen, van schaamte als criminogene factor tot de wonderlijke invloed van paarden, van groepen stoere mannen op zee tot internetgebruikers.

Het nummer had oneindig veel dikker kunnen worden, maar er zit een grens aan wat er binnen een bepaald tijdsbestek en binnen een bepaald budget gerealiseerd kan worden. Aan de ideeën van de redactie lag het in ieder geval niet. Zo hadden wij u bijvoorbeeld graag laten genieten van de selectiemechanismen die sportcoaches hanteren om een winnend team samen te stellen, of u deelgenoot willen maken van de groepsprocessen die een rol spelen bij het pesten op de werkvloer of bij digitaal pesten door scholieren.

Het probleem was dan ook niet zozeer dat het lastig was om leuke onderwerpen te bedenken, het bleek vaak moeilijk of onmogelijk om anderen hierover te laten schrijven. Deskundigen bleken te druk, te duur, of soms gewoon te beroerd om te rea-

geren op een verzoek van de redactie. Nu is het niet terecht om buitenstaanders te verwijten dat er te weinig over groepsprocessen geschreven wordt. Hier ligt toch vooral een taak voor de leden van de NVGP zelf. We kunnen wel steeds heel hard roepen dat we specialist zijn op het gebied van groepsprocessen, en dat onze kennis heel wat verder reikt dan wat in de groepstherapiekamer toepasbaar is, zolang we daar zelf niet over schrijven, maken we ons niet geloofwaardig. Geen wonder dat organisaties eerder de management-consultant zullen inschakelen dan de groepstherapeut. Schrijven moeten we, en niet alleen voor eigen parochie in ons eigen blad. Ik kan me niet herinneren op de opiniepagina van een landelijke krant ooit een bijdrage van een groepstherapeut te hebben gelezen, die vanuit de specifieke kennis over de groepsdynamica zijn licht liet schijnen over actuele maatschappelijke gebeurtenissen.

Ik zal een voorbeeld geven: in *de Volkskrant*¹ wordt in november 2006 uitgebreid verslag gedaan van martelingen door Nederlandse militairen in Irak. Alom bestaat verontwaardiging over dergelijk

1 Jan Hoedeman. Er kan wat fout gaan. *De Volkskrant*, 18 november 2006.

gedrag van onze jongens (en meisjes). Analyses over militaire protocollen, over de berichtgeving binnen het Ministerie van Defensie (doofpotcultuur), en de communicatie met de Tweede Kamer (te laat) domineren het nieuws, en in het licht van de op handen zijnde Tweede Kamer verkiezingen wordt het bericht uiteindelijk verworden tot de vraag of Nederland nu wel of niet aan dergelijke missies deel moet nemen. Niemand die zich afvraagt hoe dergelijk wangedrag kan ontstaan. Opmerkelijk is dat een maand later *Elsevier*² met een aardig interview van Philip Zimbardo komt, de sociaal-psycholoog die bekend werd van het Stanford Prison Experiment in 1971. Voor de enkeling die hiermee niet bekend is: Zimbardo liet twaalf studenten naar een geïmproviseerde gevangenis in de kelder van Stanford University brengen, waar ze door twaalf andere – met bewakersuniform en spiegelende zonnebrillen uitgeruste – studenten werden uitgekleeft, en zonder ondergoed in een lange kiel gestoken, en vervolgens met een dikke ketting aan een voet in een cel opgesloten. Het betrof hier 24 vrijwilligers, die volkomen normaal en geestelijk stabiel door de toelatingstest waren gekomen. Er zou geobserveerd worden hoe de gevangenen en hun bewakers zich zouden gedragen. Van tevoren was afgesproken dat er orde en rust moest heersen, maar dat er geen fysiek geweld gebruikt mocht worden; verder waren er geen regels. Binnen een etmaal begonnen de meeste bewakers grote psychologische druk uit te oefenen om de gevangenen klein te krijgen. Deze druk ver-

anderde al snel in een uitgekiend regime van terreur en angst. In de loop van de zes dagen dat het experiment duurde, moesten vijf gevangenen vroegtijdig het experiment verlaten omdat ze geestelijk volledig ingestort waren. Opvallend is dat ruim vijftig observatoren aanwezig waren, die getuigen waren van deze vreselijke gang van zaken, maar dat geen van hen ingreep. Alleen de echtgenote van Zimbardo beseftte dat het experiment volledig uit de hand gelopen was en drong bij hem aan op beëindiging. Op de vraag van *Elsevier's* journalist José van der Sman waarom hij zelf niet beseftte dat het uit de hand liep, antwoordde Zimbardo: 'De psychologische terreur werd door de bewakers met kleine stapjes opgevoerd. In de beslotenheid van die kelder leken al die stapjes niet zo groot, maar alles bij elkaar maakten ze van het experiment een hel voor gevangenen. Ik had waarschijnlijk niet genoeg afstand om dat in te zien.'

In het artikel wordt een logisch verband gelegd tussen de wandaden van de Amerikaanse soldaten in de Abu Ghraib gevangenis in Irak en het Stanford Prison Experiment. De actiefoto's die van deze wandaden gemaakt werden – en die uiteindelijk de hele wereld overgingen – werden naar het schijnt triomfantelijk en zonder schaamte aan andere militairen getoond, waaronder ook gezagsdragers.

Vermoedelijk werd er hartelijk om gelachen in plaats van dat er ingegrepen werd. Vast staat dat de beelden door sommigen als *screensaver* op hun pc geïnstalleerd werden. Het is aannemelijk dat ook hier de grenzen

2 José van der Sman. Van ieder fatsoenlijk mens valt een duivel te maken. *Elsevier*, 16 december 2006.

van het toelaatbare steeds met kleine stapjes overschreden werden, waardoor ze binnen de beslotenheid van de gevangeniscultuur niet zo heel erg groot leken.

Nu lees ik niet alle kranten en opiniebladen die in Nederland verschijnen, maar ik heb nergens gezien dat de link die *Elsevier* maakte tussen de groepsprocessen uit Zimbardo's experiment en het wangedrag van militairen in oorlogssituaties overgenomen, laat staan uitgediept werd. Geen enkele journalist kwam op het idee om de NVGP eens te bellen, geen enkel NVGP-lid kwam op het idee om een ingezonden brief te sturen. Een gemiste kans, want wij hadden zo kunnen vertellen wat er in regressieve groepen kan gebeuren, dankbaar gebruik makend van bijvoorbeeld de ideeën van Vlamik Volkan³ of die van Boris Drozdek.⁴

Ik paraphraseer hier Volkan: 'Een regressieve groep verandert de aard van zijn veronderstelde vijanden door symbolen aan hen toe te kennen. Vaak associëren zij de vijand met menselijk afval, de vijand wordt getypeerd als donker, kwalijk riekend en lui. Het proces van demoniseren van de vijand gebeurt in etappes. Eerst wordt de ander als minder menselijk en als slecht voorgesteld, dan – vanwege de associatie met het door hem geproduceerde afval zoals feces – als gevaarlijk. Als laatste stap wordt de vijand ontmenselijkt.'

Drozdek verwoordt het – eveneens geparaphraseerd – aldus: 'De evolutie van het kwaad begint eigenlijk altijd met frustraties van basisbehoeften in een grote groep; deze frustraties leiden tot het aanwijzen van een

zondebok, die eerst gedevalueerd wordt, vervolgens gedemoniseerd en tenslotte gedehumaniseerd wordt. Bij dehumanisering verliest de vijand al zijn menselijke eigenschappen, en kan geweld tegen deze vijand dus zonder schuldgevoel toegepast worden.' Als militaire bewakers hun gevangenen naakt op een hoop stapelen en er vervolgens lachend bij gaan staan terwijl collegae hier foto's van maken, dan kunnen we zonder al te veel moeite zien dat het stadium van dehumanisering al is ingetreden. Inmiddels is het onderzoeksrapport uitgebracht waarin blijkt dat het met het wangedrag van de Nederlandse militairen wel mee viel ('*Volkskrant betreurt gebruik woord martelen*')⁵, en dat van marteling in strikte zin geen sprake was. Vervolgens ontstaat er een landelijke discussie of de *Volkskrant* nu wel of niet van marteling had mogen spreken; nergens wordt melding gemaakt van het feit dat marteling in oorlogssituaties nog altijd op de loer ligt – ook door Nederlandse militairen – als men de ogen blijft sluiten voor de wetten van de groepsdynamica. Wie hier aan twijfelt en denkt dat het wel mee zal vallen, doet er goed aan de publicaties van Zimbardo⁶ te lezen, of de hierop gebaseerde speelfilm van Olivier Hirschbiegel⁷ *Das Experiment* te zien.

Een ander voorbeeld, dat dankzij het medium televisie rechtstreeks bij ons naar binnen komt, en dus minder ver weg is dan een gevangenis in oorlogssituatie, is de *reality soap*. De eerste versie van Big Brother stuitte destijds op veel weerstand en

3 Vlamik Volkan. 11 september en maatschappelijke regressie, deel I en II. *Groepspsychotherapie*, 36 (3 & 4), 2002.

4 Arnout ter Haar. Verslag van lezing door Boris Drozdek 'Quo vadis, Nederland?' *Groepen*, 2, 1, 2007.

5 Pieter Broertjes. *Volkskrant betreurt woord martelen*. *De Volkskrant*, 19 juni 2007.

6 Zie voor een overzicht van Zimbardo's publicaties www.zimbardo.com, en voor een diashow van het Stanford Prison Experiment www.prisonexp.org

7 Olivier Hirschbiegel. *Das Experiment*. Independent Films, 2001.

bezorgdheid in de media en de politiek. Weet u het nog? Vijf mannen en vijf vrouwen werden honderd dagen opgesloten in een daartoe speciaal vervaardigd huis, voorzien van ingebouwde camera's en microfoons in alle hoeken, en volledig afgesloten van de buitenwereld. Heel Nederland volgde het wel en wee van deze groep, waarbij alle fasen die een groep kan doormaken aan ons voorbij trokken. Cohesieve krachten en *anti group* fenomenen, subgroepvorming en rivaliteit, leiderschapsrollen en uitstotingsprocessen, alles werd ongegeneerd vertoond, geregistreerd, uitgezonden en bekeken.

Het succes van dit format – wat over de hele wereld verkocht werd – lag voor een groot deel in de handen van de kijkers, die wekelijks meebepaalden wie er weggestemd werd en wie mocht blijven. Het schaamteloze exhibitionisme van de tien deelnemers en hun honger naar roem en de hoofdprijs valt goed bezien in het niet vergeleken bij het schaamteloze voyeurisme van de kijkers. Door te kijken worden we deelgenoot, en juichen we de ondergang of de emotionele decompensatie van de deelnemer die ons antipathiek is van harte toe, en jubelen we mee met de overwinning – hoe maligne ook – van onze held en identificatie object.

Ook hier zien we dat het verleggen van grenzen met kleine stappen als zo vanzelfsprekend ervaren wordt, dat we na alle variaties op het oorspronkelijke format gezien te hebben, ons niet eens meer kunnen voorstellen dat er over die eerste versie nou zo'n ophef ontstond.

In een variant op Big Brother ging de tv-serie Expeditie Robinson al een behoorlijke stap verder. Ergens in de tropen verblijven twee ploegen (bijvoorbeeld Nederlanders en Vlamingen) ieder in een eigen kamp op een onbewoond eiland. Beide ploegen worden onwetend gehouden over het feit dat beide kampen op hetzelfde eiland gesitueerd zijn. Naast proberen te overleven (er is slechts een klein rantsoen meel en rijst) en de cohesie en het groepsmoreel op peil houden, moeten zij opdrachten uitvoeren waarbij samenwerking van essentieel belang is, en het (fysiek) zwakste individu de nederlaag voor zijn hele ploeg veroorzaakt. Omdat deze opdrachten op een ander eiland plaatsvinden, en de twee ploegen steeds ieder met een eigen boot gehaald en gebracht worden, wordt de illusie versterkt dat iedere ploeg zijn eigen eiland heeft. Een verschil met Big Brother is dat in dit programma niet de kijkers mee stemmen wie er weg moet, maar dat de deelnemers dit onderling moeten bepalen. Niet onbelangrijk is dat hierbij van elimineren gesproken wordt, een term die nare associaties oproept, en die dehumaniserend werkt. Wat de overblijvers niet weten, is dat zij die weggestemd zijn, een tweede kans krijgen als verstekelingen in een mangrove van hetzelfde eiland. Het verblijf in de mangrove is nog ellendiger dan in de twee kampen. Er is een kleine vlonder net boven het water, waarop gekookt en geslapen kan worden; het wemelt er van ongedierte. Om te overleven moeten de verstekelingen wadend door het water het moeras verlaten op zoek naar voedsel, maar ze mogen hierbij niet

gezien worden door de overblijvers van de twee kampen, die immers menen dat ze allang op het vliegtuig naar huis gezet zijn. Wie toch gezien wordt, wordt definitief naar huis gestuurd. De wil om te overleven, maar ook om te winnen en zich te revan-cheren op degenen die hen eerder geëlimineerd hebben, is kennelijk zo sterk dat de verstekelingen de twee kampen bestelen. Ze plunderen alsof roofdieren te keer zijn gegaan, enerzijds om hun bestaan als verstekeling op het eiland te verbloemen, maar anderzijds ook duidelijk vanuit de lust om zich te revan-cheren. Door te stelen reduceren zij de rantsoenen van de anderen binnen de twee kampen, die daardoor fysiek zullen verzwakken, en creëren zij er een paranoïde sfeer omdat men elkaar onderling van diefstal gaat beschuldigen. Het wraakmotief is zo sterk, en de regressie die ontstaat door de primitieve omstandigheden zo intens, dat diefstal, plundering en vernieling van bezit als volstrekt legitiem gezien worden. Ook hier word je als kijker meegesleept in de regressie, en voor je het weet zit je te juichen op de bank omdat de verstekelingen de anderen toch maar mooi te slim af geweest zijn. Het kost enige moeite om je te realiseren dat je naar menselijk gedrag zit te kijken dat moreel verwerpelijk is, maar waar een hele cameraploeg om heen staat en wat als vermaak gepresenteerd wordt. Met de gruwelijke afloop van William Golding's roman *The Lord of the Flies*⁸ voor ogen, is het niet moeilijk voor te stellen wat er zou gebeuren als de cameraploegen zich zouden terugtrekken en de deelnemers zouden achter-

laten. Televisierecensent Han Lips van *Het Parool*⁹ verwoordde zijn commentaar op de (drie) verstekelingen in de mangrove aldus: 'Twee sterke vrouwen, één zwakke. De zwakke had last van muggen, slaapgebrek en honger. Het was het type dat in Lelystad ook last had gehad van muggen, slaapgebrek en honger. "Ga jij er nou maar eens goed over nadenken waar je grens ligt," zei een van de sterke vrouwen dreigend. In haar hand bungelde losjes een kapmes. Ze zitten er pas negen dagen. Altijd weer goed om te zien hoe dun de vernislaag van onze beschaving is.'

Nog extremer, en van recentere datum, is De Gouden Kooi, dat door televisiezender Tien wordt uitgezonden. Ook deze formule heeft wel wat weg van Zimbardo's experiment. Een belangrijk verschil: de vrijwillige deelnemers aan de Gouden Kooi 'zitten oneindig gevangen in luxe'.¹⁰ Ze verblijven in een grote villa, van alle gemakken voorzien, met er omheen een riant tuin met zwembad, jacuzzi, en buitenmanege. Deze luxe, zo anders dan een kale gevangenis, betekent overigens geenszins dat het er vriendelijker aan toe gaat. Zagen we in Zimbardo's experiment dat macht corrupteert, in De Gouden Kooi is dagelijks te zien hoezeer geld corrupteert. Het enige motief voor de deelnemers is immers de prijs voor degene die als laatste overblijft; de winnaar wordt eigenaar van de villa en krijgt één miljoen euro. Hoewel er dus maar één kan winnen, spreekt men consequent over alle deelnemers als 'de miljonairs'. Inmiddels hebben zij zich zo vereenzelvigd met hun doel, dat

8 William Golding. *The Lord of the Flies*. Faber and Faber, Londen, 1954.

9 Han Lips. *Het Parool*, 20 september 2004.

10 www.hetgoudenkooi.nl

ze ook over elkaar en zichzelf al van de miljonairs praten. Ging het bij Big Brother nog om de gunst van de kijker, en bij Expeditie Robinson om samenwerking om te overleven en te winnen, bij De Gouden Kooi gaat het er uitsluitend om elkaar weg te pesten. Er is geen einddatum bekend: zolang de deelnemers niet afhaken, gaat de serie door.

Joost Zwagerman¹¹ geeft in het *NRC Handelsblad* een scherpe analyse van dit media-dieptepunt. Ik maak hierbij gebruik van zijn observaties. In De Gouden Kooi stijgt je in de hiërarchie als je in staat bent een ander op een effectieve en blijvende manier te breken. Fysiek geweld is hierbij niet toegestaan, maar verder is men vrij om het treiteren op allerlei manieren vorm te geven. Subgroepvorming vindt slechts plaats met als doel anderen te isoleren en weg te pesten. Van enige positieve groepsvorming is geen sprake. Je hoeft maar naar een willekeurige uitzending te kijken en het geruzie, gegil, gescheld en gevloek spat van het scherm. Er heerst een permanent paranoïde sfeer, die slechts afgeweerd lijkt te kunnen worden door nogal willekeurige seksuele activiteit onder de dekbedden van de villa (ook hier staan de camera's op gericht). De regressie wordt al snel zichtbaar in de vorm van het treiteren: naast gegil en getier pikt men spullen van elkaar, gooit men kleren van een ander in het zwembad, worden laden met persoonlijke bezittingen omgekieperd, opgemaakte bedden afgehaald (dat laatste deden mijn broer en ik ook als we ruzie hadden, wij waren toen zes en zeven jaar oud). Ook is

het voorgekomen dat andermans eigendom verbrand werd of dat er op geplast werd.

Bovenaan in deze treiterpikorde staat de betrekkelijk nieuwe deelnemer Jaap¹², een vierentwintigjarige kolos van zo'n 140 kilo, met cluster B pathologie van het meest extreme soort. Los van zijn fysieke overgewicht en overwicht is Jaaps geestgesteldheid zeer bepalend voor de groepsdynamiek in het huis. Je kunt hem maar beter niet tegen je hebben, dus ontvangt hij brede steun van de andere deelnemers in zijn perverse getreiter dat gericht is op de meest kwetsbare in de groep. Hoe hij dat doet? Hij drinkt net zo lang tot hij stomdronken is, trekt al zijn kleren uit, kruipt naakt en met lillend vlees over de grond terwijl hij luidkeels en bijna dierlijk jammert. Eveneens naakt kotst hij zichzelf in bijzijn van andere deelnemers onder. Soms eet hij zijn eigen braaksel op, maar het kan ook voorkomen dat hij een ander onderkotst. Een ander slaan mag niet, een ander bevuilen is kennelijk geoorloofd. Braaksel is niet zijn enige wapen. Het kan voorkomen dat hij in zijn bed piest en poept – alle deelnemers slapen in één ruimte – en zichzelf er mee over zijn hele lichaam insmeert. In een uitzending die ik bekeek kieperde Jaap een emmer paardenstront om over de in zijn bed liggende zondebok van de groep. De overige deelnemers juichten dit toe, of aanschouwden het tafereel zonder enig commentaar te geven, laat staan in te grijpen.

Zwagerman noemt de betrekkelijke stilte rond De Gouden Kooi in vergelijking tot de mediahype van Big Brother opmerkelijk.

11 Joost Zwagerman. De Gouden Kooi: kijken naar de stront van anderen. *NRC Handelsblad*, 23 & 24 juni 2007.

12 www.goudenjaap.web-log.nl

Wat zegt deze stilte over de geestesgesteldheid van ons land? Het zal te maken hebben met verveling en slijtage. Een dikke naakte jongen eet zijn eigen braaksel op – *been there, done that*. Kunnen de eindeloos verlegde grenzen van de *reality soap* (en van de kijker) nog verder opgerekt worden? Wat volgt er op het eten van je eigen braaksel, het wentelen in je eigen stront? Het snijden in eigen vlees, teneinde de andere deelnemers in de villa te besmeuren met bloed?

Leggen we de observaties van Zwagerman naast wat Volkan over regressie in grote groepen schrijft, dan zien we opmerkelijke parallellen. Zonder volledig te zijn noem ik een aantal aspecten van regressieve groepen zoals door Volkan beschreven. In regressieve groepen verliezen groepsleden hun individualiteit ('wij miljonairs'); de groep schaart zich blindelings achter de leider (Jaap); de groep creëert een duidelijke verdeling in wij versus zij (met zijn allen de meest kwetsbare wegpesten); wat moraliteit en overtuigingen betreft wordt de groep steeds meer bestraffend tegenover diegenen die als oppositioneel ervaren worden (van verbale conflicten naar het vernielen van eigendommen tot het besmeuren van de persoon met braaksel en poep); de groep voelt zich gerechtigd wat dan ook te doen ter handhaving van zijn eigen identiteit (uitspraken van deelnemers tegen de zondebok: 'ik houd je net zo lang in het spel tot je huilend de villa verlaat'; 'Ga lekker naar huis, word maar helemaal gek!'); groepsleden stellen de vijand voor met symbolen die geassocieerd worden met

vuil, afval en feces (de zondebok, zijn bed en zijn spullen worden besmeurd met paardenstront); groepsleden houden zich op overdreven wijze bezig met het begrip bloed en een daarmee samenhangend homogeen of gezuiverd bestaan (nog niet vertoond, maar door Zwagerman als logische volgende stap gezien).

John de Mol, eigenaar van tv-zender Tien, heeft in *De Telegraaf*¹³ gezegd dat hij tevreden is over De Gouden Kooi: 'Het begint te voldoen aan wat we destijds beoogden. Reality benadert soap. Echte mensen gaan figureren in hun eigen verhaallijnen.' Hoewel je op grond van deze uitspraak aan de geestesgesteldheid van John de Mol kunt gaan twijfelen, vind ik het meer onthutsend dat er niemand is die serieus aan de bel trekt en op grond van inhoudelijk groepsdynamische argumenten duidelijk maakt dat er zo een zeer gevaarlijk spel gespeeld wordt met die dunne vernislaag van onze beschaving.

Op de website van De Gouden Kooi¹⁴ wordt met trots meegedeeld dat wel meer dan tweehonderd mensen betrokken zijn om deze televisieproductie mogelijk te maken. Kennelijk is geen van hen – net als de vijftig observatoren bij het Stanford Prison Experiment – nog in staat om te zien dat het volledig uit de hand loopt. Hetzelfde geldt voor de toch nog 400.000 kijkers die dagelijks op De Gouden Kooi afstemmen. Ze laten zich stap voor stap meeslepen en blijven waarschijnlijk net zo lang kijken tot ze bloed zien. Niemand voelt zich verantwoordelijk, de deelnemers hebben zich immers vrijwillig aangemeld, en als het

13 Wilma Nanninga. Gouden Kooi toch treitershow? *De Telegraaf*, 21 juni 2007.

14 www.hetgoudenkooi.nl/achterdeschermen.html

echt escaleert zal er toch vast wel iemand zijn – John de Mol? – die ingrijpt. Het doet me denken aan fenomenen als het *bystander effect* (hoe meer toeschouwers bij een incident, hoe kleiner de kans dat iemand een helpende hand biedt) en *pluralistic ignorance* ('als niemand ingrijpt, dan zal er ook wel niets aan de hand zijn.')

Groepstherapeuten weten precies wat dat inhoudt. Zij zijn toch specialist op het gebied van de groepsdynamica? Jammer dat het nergens toe leidt; de groepstherapeut stond erbij en keek er naar.