

# De effectiviteit van ambulante groepspsychotherapie in Duitsland

Hans Snijders (h.snijders@psyq.nl), klinisch psycholoog / psychotherapeut, werkt in het centrum voor persoonlijkheidsproblematiek (CPP) van PsyQ-Haaglanden.

In een tijd waarin geldt dat 'kort en snel goed is', is het opvallend dat uit onderzoek blijkt dat het zogenaamde 'maatwerk' voor een specifieke en omvangrijke groep van patiënten een langdurende therapie vereist. Tot voor kort waren er nog weinig studies bekend die gunstige effectiviteit van langdurige psychodynamische groepstherapie vaststelden. Lorentzen, Bøgwald, & Høglend (2002) en Lorentzen & Høglend (2004) konden in een grootschalig onderzoek in Noorwegen vaststellen dat langdurige psychodynamische groepspsychotherapie zeer effectief was. Zo namen de inter-persoonlijke problemen van de behandelde patiënten sterk af, evenals de klachten en symptomen, terwijl het psychosociaal functioneren aanzienlijk verbeterde. Meer informatie over het effect van langdurige groepspsychotherapie komt van Tschuschke, verbonden aan de universiteit van Keulen. Hij maakte eerder naam met onderzoek naar het effect van klinische groepspsychotherapie bij patiënten met een persoonlijkheidsstoornis door aan te tonen dat groepscohesie een belangrijk ingrediënt is van groepspsychotherapie. Bij succesvolle patiënten bleek uit follow-ups twaalf en achttien maanden na behandeling, dat

patiënten die tijdens de behandeling een hoge cohesie hadden gerapporteerd, tijdens de follow-ups nog steeds vooruitgang boekten (Tschuschke & Dies, 1994).

Tschuschke en Anbeh (2010) publiceerden onlangs een met het Noorse onderzoek vergelijkbaar, omvangrijk onderzoek naar het effect van langdurige ambulante psychodynamische groepspsychotherapieën en psychodramagroepstherapieën in naturalistische setting in Duitsland. Het voordeel van een naturalistische setting is volgens de onderzoekers dat de therapeutische relatie tussen patiënt en therapeut zo getrouw mogelijk tot stand kon komen zonder de artefacten van een laboratoriumopzet.

Veertig ervaren groepstherapeuten werkten gedurende zes jaar aan het onderzoek mee en verzamelden de pre en post uitkomstgegevens van 244 patiënten in de psychodynamische groepen en van 91 patiënten in de psychodramagroepen.

De gemiddelde behandelduur betrof 101 zittingen met een tijdspanse van 2,5 jaar. De effectgroottes, een maat die de sterkte van een gevonden effect weergeeft, waarbij algemeen geldt dat een sterkte boven de 1.0 groot is, waren hoog. Het effect voor de psychodynamische groep bedroeg 1.33 en

voor de psychodramagroepen 1.01.

In de onderzoeksgroepen werd voor alle groepen dezelfde testbatterij gebruikt, die deels overeenkomt met die van Lorentzen e.a. (2002). Via een schaal van Horowitz, Strauss & Kordy (2000) werden de interpersoonlijke problemen in kaart gebracht, met behulp van de SCL-90 symptomen / klachten, terwijl het algemeen functioneren werd gescoord via de (subjectieve) Global Assessment of Functioning Scale van de DSM-IV, en tenslotte werd een door de patiënten ingevulde doelenlijst afgenomen.

De bevindingen ondersteunen het betekenisvolle effect van langdurige dynamische groepstherapie. De auteurs omschrijven de problematiek van de onderzochte patiënten als chronisch: voorafgaand aan de groepsbehandeling werden ze al jaren in verschillende ambulante of klinische behandelingsmodaliteiten behandeld.

Naast de ervaring van de groepstherapeuten bleken de therapiedosering en tijdsduur een belangrijke rol te spelen in het groepstherapeutische veranderingsproces.

Samengevat concluderen de auteurs:

- Chronische patiënten zijn in langdurende therapeutische groepen (gemiddeld 101 sessies) zeer succesvol te behandelen;
- Chronische patiënten hebben behoefte aan intensieve dosering van therapie over een langere tijdspanne om hun psychische klachten voldoende te kunnen verhelpen;
- Ervaren groepspsychotherapeuten realiseren betere effecten dan minder ervaren groepstherapeuten (dit geldt niet voor

individuele maar wel voor groepspsychotherapeuten);

- Door patiënten zelf geformuleerde behandeldoelen zijn niet bruikbaar om het succes van de groepsbehandeling te voorspellen.

## Literatuur

Horowitz, L. M., Strauß, B. & Kordy, H. (2000). *Inventar zur Erfassung interpersonaler Probleme (IIP-D)* (2. Aufl.). Weinheim: Beltz.

Lorentzen, S., Bøgwald, K. & Høglend, P. (2002). Change during and after long-term analytic group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 52, 419-429.

Lorentzen, S. & Høglend, P. (2004). Predictors of change during long-term analytic group psychotherapy. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 73, 25-35.

Tschuschke, V., & Dies, R.R. (1994). Intensive analysis of therapeutic factors and outcome in long-term inpatients groups. *International Journal of Group Psychotherapy*, 4, 185-208.

Tschuschke, V. & Anbeh, T. (2010). Wirksamkeit ambulanter Gruppenpsychotherapie in Deutschland: Ergebnisse der PAGE-studie. *Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik*, 46, 198-214.