



Praktijkrichtlijnen groepsbehandeling

De NVGP heeft de auteurs gevraagd een werkgroep te formeren om praktijkrichtlijnen op te stellen voor groepsbehandeling in de (geestelijke) gezondheidszorg in Nederland. In dit artikel leggen zij uit hoe het ervoor staat met de ontwikkeling van die richtlijnen en wat de verdere plannen zijn.

Door **Rob Koks**, psychotherapeut, groepstherapeut en supervisor van de NVGP en **Pepijn Steures**, psychiater, groepstherapeut en leertherapeut van de NVGP.

Inleiding

In Nederland is de NVGP al decennialang de vereniging die de specifieke kwaliteiten van de groep en de processen die zich in een groep voordoen wil benutten voor de behandeling van individuele cliënten in de (g)gz. De NVGP ziet het als haar taak om de standaard te formuleren voor en de kwaliteit te bewaken van groepsbehandelingen in Nederland. In 2015 heeft het bestuur van de Nederlandse Vereniging voor Groepsdynamica en Groepspsychotherapie (NVGP) aan de auteurs van dit artikel gevraagd om een werkgroep te formeren met als opdracht om voor groepsbehandeling in Nederland praktijkrichtlijnen op te stellen. Dit in navolging van de door de Amerikaanse zustervereniging in 2007 gepubliceerde *Practice guidelines for group psychotherapy*.

Met deze praktijkrichtlijnen wil de NVGP de zorgstandaard, het minimaal vereiste niveau van kwaliteit van groepsbehandeling formuleren, en daarmee bijdragen aan het waarborgen en verbeteren van de kwaliteit van psychotherapeutische behandelingen in groepsverband.

Wij gaan allereerst in op de redenen om deze praktijkrichtlijnen op te stellen. Na een



beschrijving van de werkwijze van de werkgroep, formuleren wij drie uitgangspunten als fundament van deze richtlijnen: groepsdynamica als basis van elke groepsbehandeling, de meerwaarde van de combinatie van groepsdynamica met een specifieke veranderingstheorie, en groepsbehandeling op basis van de beste beschikbare empirische evidentie over groepen en groepsbehandeling. Ten slotte wordt geschetst wat de onderwerpen zijn die aan de orde zullen komen in de richtlijn.

Waarom deze richtlijnen?

De American Group Psychotherapy Association (AGPA) publiceerde in 2007 de *Practice guidelines for group psychotherapy*. Het doel van deze richtlijnen was een integratie tot stand te brengen tussen enerzijds het beste beschikbare empirisch onderzoek op het gebied van groepen en groepsbehandeling, en anderzijds de klinische ervaring en deskundigheid die in de loop van de jaren is opgebouwd. Met deze richtlijnen wilde de AGPA behandelaren tot steun zijn om aan de eisen van *evidence-based practice* te kunnen voldoen.

Het belang van deze richtlijnen voor de Nederlandse praktijk werd al snel onderschreven (Snijders en Berk, 2008). In de praktijk van de Nederlandse (g)gz worden veel behandelingen in groepsverband aangeboden, in allerlei vormen, met allerlei methodische kaders, door verschillende disciplines met ook een verschillend scholingsniveau. Deze diversiteit kan de kwaliteit in de weg staan wanneer men zich onvoldoende bewust is van de resultaten van het empirisch onderzoek op het gebied van groepen, groepsprocessen en groepsbehandeling,

en van de in tientallen jaren opgebouwde deskundigheid op dit gebied. Een praktijkrichtlijn heeft naar binnen toe een bundelend effect. Het geeft aan behandelaren van allerlei disciplines die met groepen werken een gemeenschappelijke basis van waaruit gewerkt wordt. Praktijkrichtlijnen dragen daarmee bij aan een verhoging van een gemiddelde kwaliteit van groepsbehandeling.

De maatschappelijke situatie in Nederland is vergelijkbaar met die in de Verenigde Staten door de veranderde wijze van financiering van de gezondheidszorg, de toegenomen invloed van de politiek en de zorgverzekeraars, en het toezicht dat de Nederlandse Zorgautoriteit (NZa) houdt. Naar buiten toe legt de NVGP aan deze instanties met de richtlijnen verantwoording af over de kwaliteit, de (kosten)effectiviteit en daarmee het nut van behandeling in groepen in het algemeen en van groepspsychotherapie in het bijzonder (Snijders en Berk, 2008).

Samenstelling en werkwijze van de werkgroep

Na een voorfase van brainstorming en verkenning formeerden de auteurs van dit artikel allereerst een adviescommissie bestaande uit: A. ter Haar, hoofdredacteur van *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica en groepspsychotherapie*; W. de Haas, voorzitter van de wetenschapscommissie van de NVGP en auteur van een inmiddels veel gebruikt standaardwerk over groepsdynamica en groepsbehandeling; R.J. Wolters, voormalig voorzitter van de NVGP en voormalig hoofdopleider psychotherapie, en jarenlang opleider van de NVGP. In samenspraak met de adviescommissie

werd in 2016 een werkgroep samengesteld, bestaande uit groepstherapeuten en groeps- werkers met brede klinische ervaring en deskundigheid op het gebied van groeps- therapie en specifieke ervaring op het ge- bied van wetenschap, opleiding, supervisie, specifieke behandelmethoden of specifieke doelgroepen. De adviescommissie en de werkgroep onder voorzitterschap van de auteurs hebben gezamenlijk de indeling van de hoofdstukken van de richtlijnen bepaald, waarbij als vertrekpunt de indeling van de richtlijn van de AGPA werd genomen. Daar- aan werden specifieke onderwerpen en hoofdstukken toegevoegd zoals deze in de Nederlandse klinische praktijk en literatuur naar voren komen. Koppels van twee au- teurs hebben een of meer hoofdstukken voor hun rekening genomen.

In samenspraak met de adviescommissie voeren de auteurs in twee rondes de redac- tie over de verschillende concepthoofdstuk- ken. Samen met de leden van de werkgroep doen zij dit over het geheel, omdat consen- sus van klinische experts een noodzakelijke aanvulling op de best beschikbare empiri- sche evidentie vormt.

Het streven is dat eind volgend jaar de tekst gereed is en voor iedereen in te zien en te downloaden op de website van de NVGP.

Uitgangspunten

Drie uitgangspunten vormen het fundament van deze richtlijnen: groepsdynamica als basis van elke groepsbehandeling, de meer- waarde van de combinatie van groepsdyna- mica met een specifieke veranderingstheo- rie en groepsbehandeling op basis van de beste beschikbare empirische evidentie over groepen en groepsbehandeling.

Groepsprocessen en groepsdynamica

In elke groep is dynamiek en vinden er pro- cessen plaats die de uitvoering van de taak, het doel van de groep, beïnvloeden. Deze processen vinden vooral op non- of prever- baal niveau plaats, in houding en gedrag, dus buiten de inhoudelijke, verbale en vaak rationele communicatie. Sociaal gedrag in groepen ontwikkelt zich in voorspelbare

*Het streven is
dat eind volgend jaar
de tekst compleet
op onze website staat*

vormen of structuren: de groepsprocessen. Deze processen ontstaan in allerlei groepen, zoals een patiëntengroep, een behandel- team, een biljartvereniging, een compagnie in het leger, een raad van bestuur et cetera. De vier belangrijkste processtructuren die zich in een groep ontwikkelen zijn: cohesie, interactie, normen en rollen (De Haas, 2008 en 2010; Hoijtink, 2001 en 2007). Deze ont- wikkeling verloopt in een aantal fasen, in combinatie met periodes van crisis die een groep doormaakt voordat ze een volgend ontwikkelingsniveau bereikt heeft (Levine, 1982). Groepsontwikkeling verloopt niet lineair, maar als een cyclisch proces. Groepsprocessen zijn op zich geen thera- peutische processen. Een groep heeft ook negatieve, zelfs destructieve tendensen in zich (Nitsun, 1996/2006). Maar groepspro- cessen hebben, mits adequaat begeleid, 'een groot leer-potentieel'. Behalve van de interactie met de therapeut kunnen groeps-

leden vooral veel leren van de interactie met elkaar. Zij kunnen leren van zowel positieve als negatieve ervaringen, zeker wanneer de koppeling aan de therapeutische taak en persoonlijke behandeldoelen van de groepsleden duidelijk is. Het is de kunst of het ambacht om deze processen in een bepaalde mate, afhankelijk van het doel van de groep, ruimte te geven en te bespreken.

Als basis voor elke vorm van groepsbehandeling ziet de werkgroep de competentie van de therapeut of begeleider om de structurele en dynamische eigenschappen van een groep te herkennen en te beïnvloeden ten gunste van de behandeldoelen van de groep cliënten. Kennis op het gebied van groepsdynamica is de basis van waaruit een groepstherapeut of -begeleider opereert.

Groepsdynamica en een specifiek therapeutisch kader

Om therapeutische verandering te bewerkstelligen is de combinatie van groepsprocessen met een welomschreven therapeutisch kader nodig, bestaande uit een veranderingstheorie, een methodiek, en voldoende kennis van de doelgroep. De AGPA-richtlijnen beschrijven de combinatie van groepsprocessen met het psychodynamisch kader. Het gaat daarbij om de combinatie van drie componenten: individuele psychodynamiek, interpersoonlijke of interactionele dynamiek (tussen de groepsleden onderling en tussen de groepsleden en de therapeut) en de dynamiek van de groep als geheel. Gezien de Nederlandse situatie, met haar grote diversiteit van gebruik van groepen in de ggz, heeft de werkgroep gekozen voor de combinatie van groepsprocessen met elk therapeutisch kader dat gebruik wil maken van de groep, van de groepsdynamiek en van de

groepsprocessen als middel om de gestelde behandeldoelen van de groepsleden te bereiken.

Het succes van groepstherapie hangt voor een belangrijk deel af van de juiste manier van combineren van een sterke methodiek en een functioneel gebruik van groepsprocessen (De Haas, 2010; Van Reijen en Haans, 2008). Om deze reden wordt in deze richtlijnen ook een hoofdstuk met dit thema opgenomen. Het is de taak van de groepstherapeut of groepsbegeleider om 'de componenten te integreren tot een coherent, fluïde en complementair proces' (AGPA, 2007; Sniijders en Berk, 2008). Dan worden de groep en de specifieke methodiek geen 'loden last' voor elkaar (De Haan, 2011), wordt de groepsdynamiek niet 'opgeofferd' (Sniijders, 2009), maar versterken de methodiek en de groepsprocessen 'als een vliegwiel' elkaars potentiële positieve effecten (Koks, 2015). De groepstherapeut fungeert als de 'manager' van dit geheel (AGPA, 2007).

Wetenschappelijk onderzoek

De praktijkrichtlijnen zijn gebaseerd op het beste beschikbare empirisch onderzoek op het gebied van groepen en groepsbehandeling (*evidence-based*), en de klinische ervaring en deskundigheid die in de loop van tientallen jaren is opgebouwd (*consensus-based*). Gezien de stand van het huidige wetenschappelijk onderzoek vormt – net als in andere richtlijnen – overeenstemming onder klinische experts een noodzakelijke aanvulling op de beschikbare empirische evidentie. Er worden in algemene zin twee soorten wetenschappelijk onderzoek onderscheiden (Burlingame e.a. 2004 en 2013; Colijn e.a. 2003; Sniijders 2011): stoornisgericht effectonderzoek door middel van RCT's (*empirically*

supported treatments, EST) en patiëntgericht procesonderzoek (*evidence based practice*, EBP), met name onderzoek naar gemeenschappelijke therapiefactoren, de zogenaamde *common factors*. Net zoals in de AGPA-richtlijn en ook door vooraanstaande onderzoekers als Fonagy in Engeland, wordt in deze richtlijnen gekozen voor een breder evidentiebegrip dan het type evidentie dat met een RCT wordt nagestreefd (AGPA, 2007; Burlingame, 2004 en 2013; Sniijders en Berk, 2008).

Een goed overzicht van de stand van zaken op het gebied van groepen en groepsbehandeling is te vinden bij Burlingame e.a. (2004 en 2013). Hieruit kan geconcludeerd worden:

- groepstherapie, weliswaar in verschillende vormen en met verschillende therapeutische referentiekaders, is bij verschillende stoornissen effectief dan wel veelbelovend gebleken;
- groepstherapie is goedkoper dan individuele therapie en kosteneffectief;
- bovendien heeft groepstherapie een plaats in de richtlijnen voor behandeling van verschillende stoornissen (Spijker, 2010).

Wat komt er in de richtlijnen aan de orde?

In het eerste deel komt aan de orde wat er voor nodig is om tot een groepsbehandeling en het voortbestaan daarvan te komen: de organisatie. Er wordt ingegaan op hoe je een nieuwe behandelingsgroep opzet, hoe je de voorwaarden daartoe in de instelling vorm kan geven, de selectie van deelnemers en de samenstelling van de groep, en het belang van een voorbereiding of pre-therapie.

In het tweede deel komt aan de orde welke dynamieken in een groep spelen en wat de therapeutische werking ervan is: de groeps-

processen. Er wordt ingegaan op wat de werkzame factoren van een groep zijn, op de groepsdynamiek, op de fasen die in een zich ontwikkelende groep te onderscheiden zijn, en hoe je het eind van (deelname aan) een groepsbehandeling vormgeeft.

In het derde deel wordt ingegaan op hoe je op een systematische manier sturing kan geven aan een groepsbehandeling: de methodiek. Aan de orde komen welke strategieën te onderscheiden zijn en van welk soort interventies we weten dat ze zinvol zijn, hoe je de kans op negatieve effecten van groepsbehandeling kunt voorkomen of verminderen, hoe je de kracht van specifieke methodieken kunt combineren met de kracht van de groepsprocessen, de samenhang van groepsbehandeling in een multidisciplinaire behandeling, en de voor- en nadelen van een groep leiden met twee begeleiders of therapeuten.

In het vierde deel komen kwesties aan de orde waar (nog) geen richtlijnen voor zijn, maar die wel van wezenlijk belang zijn als je een groepsbehandeling wilt geven. Er wordt ingegaan op ethische kwesties en beroepsnormen, op het meten en monitoren van effecten van groepsbehandeling, en op hoe je het vak van groepstherapeut kunt leren en onderhouden, met andere woorden scholing in de groepsbehandeling.

Samenvattend

Het effect van groepsbehandeling wordt bepaald door verschillende factoren: de therapeut, de kwaliteit van de cliënt en de aard en ernst van diens stoornis, de opzet of organisatie van de behandeling, groepsprocessen en de gebruikte formele veranderingstheorie (Burlingame e.a. 2013).

Er bestaat inmiddels uitgebreide wetenschappelijke evidentie voor de effectiviteit van psychotherapeutische en psychologische behandeling in en door groepen. Ook is duidelijk hoe een groep kan bijdragen aan een behandeling. Bovendien zijn de kosten van groepsbehandeling beduidend lager gebleken dan van individuele behandeling. Het ligt dan ook voor de hand dat de NVGP ook voor Nederland richtlijnen voor de brede praktijk van groepsbehandeling en groepsbegeleiding wil formuleren: praktijkricht-

lijnen die het minimum aan voorwaarden en factoren formuleren waar de groepstherapeut of -begeleider die met behulp van een groep wil werken rekening mee moet houden. De richtlijnen vormen daarmee een hulpmiddel voor de complexe dagelijkse behandelpraktijk. Daarnaast wil de NVGP met deze zorgstandaard verantwoording afleggen over de kwaliteit, de (kosten)effectiviteit en daarmee het nut van behandeling in groepen in het algemeen en van groepspsychotherapie in het bijzonder.

Literatuur

American Group Psychotherapy Association - Science to Service Task Force (2007). *Practice guidelines for group psychotherapy*.

Berk T. (2005). *Leerboek groepspsychotherapie*. Utrecht: de Tijdstroom.

Burlingame G.M., MacKenzie, K.R. & Strauss B. (2004). Groepsbehandeling: evidentie voor effectiviteit en veranderingsmechanismen (vert. T. Thijssen). In: Lambert M.J. (ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behaviour*. (pp. 647-696), 5th ed.

Burlingame G.M., Strauss B. & Joyce A.S. (2013). Change mechanisms and effectiveness of small-group treatments. In: Lambert M.J.(ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behaviour* (pp. 640-689), 6th ed.

Colijn S.C., Snijders J.A. & Trijsburg, W. (2003). Wat is integratieve psychotherapie? In: Colijn e.a., *Leerboek integratieve psychotherapie*. Utrecht: de Tijdstroom.

Haan, C. de (2011). De Methode, wondermiddel of loden last? *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 6(3), pp. 17-28.

Haas W. de (2008). *Groepsbegeleiding en groepsbehandeling in de gezondheidszorg*. Amsterdam: Boom Nelissen.

Haas W. de (2010). Darwin, groepsprocessen en groepspsychotherapie. Over de structuur van ons vak. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 5(1), pp. 39-53.

- Hojtink T.A.E. (2001). *De kracht van groepen; normen en rollen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Hojtink T.A.E. (2007). *Cohesieve krachten in groepen; het ontstaan en de ontwikkeling van groepen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Koks, R.W. (2015). Je haalt de problemen in huis! *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 10(3), pp. 39-51.
- Leszcz M. (2014). The effective group psychotherapist. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 9(2), pp. 9-20.
- Levine, B. (1982). *Groepspsychotherapie*. Deventer: van Loghum Slaterus.
- Reijen J. van & Haans, A. (2008). *Groepsdynamica in gedragstherapeutische en psychodynamische groepen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Snijders J.A. & Berk, T. (2008). Een blik over de grenzen. De AGPA-richtlijnen groepspsychotherapie. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 3(3), pp. 32-45.
- Snijders J.A. (2009). Een blik over de grenzen. Commentaar op de AGPA-praktijkrichtlijnen en aanbevelingen voor onderzoek naar groepstherapie. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 4(5), pp. 46-51.
- Snijders J.A. (2011). Wat werkt in (groeps)psychotherapie? *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 6(4), pp. 56-59.
- Spijker J. (2010). Groepspsychotherapie in de richtlijnen. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie* 5(1), pp. 54-57.
- Yalom I.D. & Leszcz, M. (2005). *Groepspsychotherapie in theorie en praktijk*. New York: Basic Books.
-