

Diversiteit is onze kracht

Dit artikel is een bewerking van de voordracht die Marc Daemen hield op het NVGP-congres op 24 maart 2023.

Diversiteit was een mooi thema voor ons jaarlijkse congres. Niet alleen omdat we als NVGP mee willen gaan met onze tijd; de opvang van vluchtelingen, Black Lives Matter, genderdiversiteit... stuk voor stuk kwesties die de laatste jaren centraal stonden in het maatschappelijke debat. Maar ook omdat de NVGP een inclusieve vereniging wil zijn waar iedereen zich welkom voelt. Een warm huis voor iedereen die met groepen werkt.

Inclusiviteit is zelden vanzelfsprekend

Vele jaren geleden werd ik mezelf pijnlijk bewust van mijn culturele vooroordelen toen ik voor het eerst op een NVGP-congres een jonge vrouw met een hoofddoek zag. Dat was toen nog ongebruikelijk; het fameuze hoofddoekendebat zou pas later in alle heftigheid losbarsten. Hoewel onze blikken elkaar enkele malen kruisten, negeerde ik haar. Niets aan de hand zult u misschien zeggen, je kan toch niet met iedereen een praatje maken.

Dat klopt, maar naderhand bleek het te gaan om een praktijktest avant la lettre. Tegenwoordig wordt zo'n praktijktest regelmatig gebruikt om institutioneel racisme aan te tonen, bijvoorbeeld op de arbeidsmarkt. In een praktijktest wordt bijvoorbeeld eenzelfde cv gestuurd maar met verschillende namen (bijvoorbeeld een Nederlands

klinkende naam en een Arabisch klinkende naam) om te kijken of hier anders op wordt gereageerd.

Wat was nu het geval tijdens dat bewuste congres: na een discussie over discriminatie met enkele collega's, had deze moedige vrouw besloten om – voor het eerst in haar leven, ze was niet eens een gelovige moslim – een hoofddoek te dragen. Het resultaat: ze werd die dag niet één keer door een andere congresganger aangesproken en had zich in een groep nog nooit zo eenzaam gevoeld.

Het werd zelfs zo ondraaglijk dat ze het experiment halverwege stopzette en haar hoofddoek afdeed. Over groepsdruk gesproken...

Wij groepstherapeuten bleken helemaal niet zo'n inclusieve club te zijn. Nu valt er natuurlijk wel wat af te dingen op de bewijskracht van dit eenpersoonsexperiment, maar het gaf ons toch stof tot nadenken. Voor velen van ons bleek die hoofddoek een psychische barrière op te werpen waardoor we niet verder keken dan dat stukje textiel.

Een andere eyeopener was voor mij het vorig jaar verschenen boek *De zeven vinkjes. Hoe mannen zoals ik de baas spelen* van journalist en antropoloog Joris Luyendijk (2022). Hij schreef dit boek toen hij voor het eerst in zijn professionele leven in aanraking kwam met een gevoel van afwijzing, van er niet bij horen, en niet – zoals voorheen – alle kansen kreeg. Dat was toen hij in Londen bij *The Guardian* ging werken en zich na enige

tijd realiseerde dat hij zich nooit de 'codes' van de Engelse hogere middenklasse eigen zou kunnen maken, codes die zijn collega's wél beheersten, door hun afkomst en hun opleiding.

Tijdens de opening van het congres hebben we met zijn allen de zeven-vinkjetest gedaan, terug te vinden op 7vinkjes.nl. Het gaat om eenvoudige vragen zoals het opleidingsniveau van je ouders. Het maximale aantal vinkjes behaal je als je een witte hetero man bent met een hoog opleidingsniveau, afkomstig uit een gegoed milieu. Kom je uit bij vijf tot zeven vinkjes, dan had je waarschijnlijk een stuk minder tegenwind op jouw weg naar een succesvolle carrière dan wie op de test vier of minder vinkjes behaalt.

Volgens Luyendijk heb je als samenleving een probleem wanneer een kleine elite van drie procent van de bevolking die vanwege hun zeven vinkjes niet kunnen weten hoe kansengelijkheid voelt, het beleid over dit thema bepaalt. Zelfs al ben je een welwillende zevenvinker, je zal nooit uit eigen ervaring kunnen meepraten over discriminatie. Je komt het eenvoudig niet tegen op jouw pad. Volgens Luyendijk moeten zevenvinkers actief leren luisteren naar wie wél met exclusie te maken heeft gehad, om samen maatschappelijke vooruitgang te kunnen boeken.

Kortom: cultuur- en gendersensitief met elkaar omgaan is geen vanzelfsprekendheid. De vraag hoe inclusief de NVGP werkelijk is, moeten we ons voortdurend stellen en daarbij moeten we kritisch naar onszelf durven kijken. In een aantal middagworkshops is daar tijdens ons congres uitgebreid bij stilgestaan.

Diversiteit aan groepen

Bij de workshops voor de lunch lag het accent meer op een ander soort diversiteit: het toegenomen aantal groepstherapieën in het werkveld. We hebben kunnen proeven van de groepsvarianten van een nieuwe generatie methodieken die vaak met een drieletterwoord worden aangeduid: DIT, AFT, ACT om er slechts enkele te noemen. Ook voor collega's die deze groepstherapieën aanbieden, wil de NVGP een warme ontmoetingsplaats zijn. Hoe doen we dat? Allereerst natuurlijk door onze kwalitatief hoogstaande opleidingen: de opleiding tot **groepstherapeut NVGP** waarin men leert omgaan met groepsdynamiek, en de opleiding tot **specialistisch groepstherapeut NVGP** waarin het interpersoonlijke model van Yalom en Leszcz centraal staat. Beide referentiekaders – de groepsdynamica en het interpersoonlijke model – heeft de NVGP omarmd omdat deze de basis vormen van ons vak én uitstekend zijn te combineren met veel van de zojuist genoemde nieuwe methodieken. Let wel: het laatste wat ik als voorzitter zou willen is dat deze referentiekaders ertoe zouden leiden dat we anderen uitsluiten. Laten we vooral geen exclusieve club worden. Ook als je niet een van onze opleidingen hebt voltooid, ben je als **belangstellend lid** van harte welkom bij de NVGP. Vanzelfsprekend staan we pal achter ons groepsdynamisch-interpersoonlijke gedachtegoed, maar we willen vooral uitdragen hoe fijn en nuttig het is om elementen hiervan te gebruiken om alle vormen van groepstherapie effectiever te maken.

Een volgende stap in de richting van deze ambitie is het in november verschenen

nieuwe *Leerboek Groepspsychotherapie* (Verhagen & ter Haar, 2022a) dat deze zienswijze uitdraagt: de groepsdynamica en het interpersoonlijke model als basis, met ook veel aandacht voor de toepassing hiervan in bijvoorbeeld MBT-, DGT- en CGT-groepen. In die zin vormt het leerboek een mooie aanvulling op de literatuur die nu doorgaans in onze cursussen wordt gebruikt (de Haas, 2020; Yalom & Leszcz, 2020). Zo wordt in een hoofdstuk over innovatie en creativiteit een verdienstelijke poging ondernomen om de diversiteit aan groepstherapieën te ordenen. Het leerboek biedt voor elk wat wils: van de beginnende professional die een eerste groep wil opzetten tot ervaren collega's die de effectiviteit van hun interventies wetenschappelijk wensen te toetsen. We danken NVGP-leden en eindredacteuren Piet Verhagen en Arnout ter Haar voor het mooie resultaat. Beluister zeker ook hun podcastserie op de website van uitgeverij Boom waarin een aantal auteurs het eigen hoofdstuk toelicht, maar ook enkele patiënten vertellen over hun ervaringen met groepstherapie (Verhagen & ter Haar, 2022b).

Eveneens in november werden de eerste opnamen gemaakt voor een videoserie over groepstherapie in samenwerking met het online leerplatform Psyflix: over de groepsdynamische aanpak van vaak voorkomende lastige groepssituaties, over een leertherapiegroep volgens het interpersoonlijke model en over MBT in groepsverband. Later dit jaar volgen nog meer opnamedagen over andere vormen van groepstherapie. Bij deze dank ik alle moedige vrijwilligers die tot op heden als groepslid hebben meegedaan en in het bijzonder onze NVGP-leden Nard

Olthoff (aanjager vanuit de opleidingscommissie) en Bram van der Boom (oprichter van Psyflix). Dankzij hun medewerking kunnen opleidelingen en andere belangstellenden straks enkele ervaren groepstherapeuten aan het werk zien. De eerste afleveringen zullen binnenkort verschijnen op Psyflix en opleiders zullen de hele serie als illustratiemateriaal kunnen gebruiken in onze NVGP-erkende cursussen.

Beleidsprioriteiten 2022-2023

Wie aan het congres heeft deelgenomen kan het niet zijn ontgaan: de wetenschappelijke evidentie voor groepstherapie is overweldigend. In maar liefst tien meta-analyses over 329 RCT's bij 27.000 patiënten is aangetoond dat groepstherapie werkt (Koks & de Haas, 2022). Deze slogan was terug te vinden op de T-shirts en hoodies die we te koop aanboden aan wie groepstherapie wil helpen promoten. Een ludieke actie die een van de bestuursprioriteiten voor dit werkjaar onderstreept: positionering van **groepstherapie als wetenschappelijk onderbouwde behandelvorm** in tijden van schaarste in de ggz. Voortbouwend op het werk van de wetenschapscommissie en van collega's die meeschreven aan de praktijkrichtlijnen voor groepsbehandeling heeft een aantal NVGP-leden met wetenschappelijke interesse in maart een doorstart gemaakt. Zij zullen zich ongetwijfeld laten inspireren door de hoofdstukken over onderzoek naar groepstherapie uit het *Leerboek Groepspsychotherapie*. Daarnaast blijven we patiënten, beleidsmakers, verzekeraars en zorgaanbieders warm maken voor de voordelen van groepstherapie. Dankzij onze geslaagde actie voor de verhoging van de



GROEPEN

Bewezen
effectief

- 10 meta analyses
- 329 RCT
- bij 27.000 cliënten



Voordelen groepstherapie

- 9 staat tot 2
- Kosteneffectief
- Preventieve werking
- Verbindt en verbreedt
- Werkplezier voor de therapeuten

GROEPSPSYCHOTHERAPIE.nl

De opdruk op de achterkant van de hoodies en T-shirts

groepstarieven in het zorgprestatie-model staat de NVGP bij deze partijen meer op de kaart (Daemen, Aalders & van der Meer, 2022).

Een tweede beleidsprioriteit is het uitdragen van **het interpersoonlijke model van Yalom en Leszcz als tweede referentiekader** van de NVGP. Sinds de invoering van de nieuwe lidmaatschapsstructuur wordt de specialistische groepstherapeut geacht 'deskundig te zijn in het interpersoonlijke model' (NVGP, 2019) en wordt dit model onderwezen in onze specialistische cursussen groepspsychotherapie (NVGP, 2021). Echter: tot op heden ontbrak het aan een competentieprofiel voor de specialistische groepstherapeut en bleef de status van het interpersoonlijke model enigszins onduidelijk. Na een inspirerende bijeenkomst met bestuur, commissies en sectoren, zijn onder het motto *Yalom, Leszcz, back in the House!* onze opleiders en de opleidingscommissie hiermee aan de slag gegaan. Dit resulteerde in het langverwachte competentieprofiel voor de specialistische groepstherapeut waarna het bestuur in haar vergadering van 1 maart 2023 het interpersoonlijke model formeel heeft kunnen vaststellen als tweede referentiekader van de NVGP, naast de groepsdynamica.

Ten slotte werd een nieuwe sector binnen de NVGP opgericht: de **Maatschappij als Groep**. Hiermee willen we ons als groepstherapeuten ook laten horen buiten het werkveld van de gezondheidszorg. Ik citeer bezieler en medebestuurslid Monique Leferink op Reinink: 'De Covid-pandemie, de klimaatcrisis, de stikstofcrisis, om ons heen zien we in de samenleving een toenemend wantrouwen, verdere fragmentatie, polarisatie

en radicalisering. Belangrijke maatschappelijke kwesties waar we niet meer om heen kunnen (...). In deze sector reflecteren we met collega's op sociaalmaatschappelijke verschijnselen en delen we onze kennis.' (NVGP, 2022). Doelstelling van de sector is te onderzoeken hoe het groepsdynamisch denken het begrijpen van maatschappelijke verschijnselen kan bevorderen en een stimulans kan bieden tot het in gang zetten van, waar nodig, betere en gezondere ontwikkelingen. De sector is zowel voor NVGP-leden als voor geïnteresseerden van buiten onze vereniging toegankelijk. Een aantal enthousiaste sectorleden is in januari voor het eerst bij elkaar gekomen en beoogt onder meer met enige regelmaat stukken in te zenden naar de landelijke kranten. En dat is nog maar het begin.

Trots op deze club

Alle hierboven genoemde inspanningen van collega's passen wat mij betreft volledig in de missie van de NVGP: mensen met een hart voor groepstherapie samenbrengen en als groepstherapeuten naar buiten treden met wat wij het werkveld en de maatschappij te bieden hebben.

Andermaal heb ik genoten van de inspirerende ontmoetingen met gelijkgestemden op ons congres. Maar ik niet alleen. Op LinkedIn liet een van de deelnemers naderhand weten: 'Voor mij de eerste keer op dit congres. Een geweldige dag. Inhoud, sfeer, collega's. Voor herhaling vatbaar!' Kijk, daar doen we het voor.

Marc Daemen

Referenties

Daemen, M.H.L., Aalders, H. & Meer, M. van der (2022). Het zorgprestatie-model, deel 2. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 17(4), p. 9-23.

Haas, W. de (2020). *Groepsbehandeling en teambegeleiding in de gezondheidszorg*. Amsterdam: Boom.

Koks, R. & Haas, W. de (2022). De nieuwe Burlingame is uit! *Groepen. Tijdschrift voor Groepsdynamica & Groepspsychotherapie*, 17(3), p. 53-63.

Luyendijk, J. (2022). *De zeven vinkjes. Hoe mannen zoals ik de baas spelen*. Amsterdam: Uitgeverij Pluim.

NVGP (2019). *Opleidingsreglement*. Artikel 1.B, p. 1. Geraadpleegd op 15-4-23 via <https://www.groepspsychotherapie.nl/reglementen/opleidingsreglement/>

NVGP (2021). *Contouren specialistische cursussen groepspsychotherapie*. Geraadpleegd op 15-4-23 via https://www.groepspsychotherapie.nl/nvgp/_sitefiles/file/contouren/contouren-specuversie27102021.pdf.

NVGP (2022). *Sector De Maatschappij als Groep*. Geraadpleegd op 15-4-23 via <https://www.groepspsychotherapie.nl/de-maatschappij-als-groep/>

Verhagen, P. & Haar, A. ter (ed.) (2022a). *Leerboek Groepspsychotherapie*. Amsterdam: Boom.

Verhagen, P. & Haar, A. ter (2022b). Podcast Groepspsychotherapie. Geraadpleegd op 15-4-23 via https://www.boompsychologie.nl/product/100-11116_Leerboek-groepspsychotherapie#extra.

Yalom I.D. & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy* (6th ed.). New York: Basic Books.
