

KORT EN GOED GENOEG

## Groepspraktijk

De reeks *Groepspraktijk* bestaat uit afzonderlijke boeken die variaties in de groepstherapie behandelen (o.a. therapiegroepen voor ouderen, voor incestslachtoffers en voor diverse soorten klinische groepen), en boeken die onderwerpen bespreken die relevant zijn voor therapeuten die met groepen werken (o.a. beëindigen van therapieën, schaamte in de groepstherapie en 'moeilijke' cliënten).

De boeken zijn op de praktijk van de groepstherapie gericht. De redactie besteedt veel aandacht aan leesbaarheid en casuïstiek, zonder concessies te doen aan de degelijkheid van de presentatie. In ieder boek staat de vraag centraal hoe groepstherapeuten werken en wat relevant voor hen is.

De reeks staat onder redactie van:

- Drs. Marja van Aken-van der Meer, andragoog/klinisch psycholoog/psychotherapeut; supervisor en opleider van de Nederlandse Vereniging voor Groepsdynamica en Groepspsychotherapie, werkzaam in eigen praktijk voor consultatie, coaching en psychotherapie.
- Drs. Arnout ter Haar, psycholoog/psychotherapeut en schrijver, werkzaam bij Mentrum te Amsterdam en in eigen praktijk voor psychotherapie en personal coaching; hoofdredacteur van *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*.
- Drs. Nelleke Sijpkens-Holster, klinisch psycholoog/psychotherapeut, als hoofd behandeling verbonden aan het Centrum voor Klinische Psychotherapie De Wieke, onderdeel van Mediant te Enschede; tevens werkzaam als gezins- en relatietherapeut.

In deze reeks zijn tot nu toe verschenen:

1. T.A.E. Hoijtink – *De kracht van groepen; normen en rollen*
2. M. Arendsen Hein – *Psychodrama en transactionele analyse*
3. B.J.P. Deneer (red.) – *Gevaarlijke Groepen*
4. H. Rijken en J. van Hulst (red.) – *Therapiegroepen voor vrouwen; van actie naar professie*
5. H. Rohlof en T. Haans (red.) – *Groepstherapie met vluchtelingen*
6. J. van der Stel – *Groepspsychotherapie en onderzoek*
7. C.L.M. Cornelissen – *Kortdurende dynamische psychotherapie*
8. N. Holster – *Schaamte in groepen; van verhullen naar onthullen*
9. T.A.E. Hoijtink – *Cohesieve krachten in groepen; het ontstaan en de ontwikkeling van groepen*

Voor informatie en bestellingen kunt u bellen met Bohn Stafleu van Loghum, tel. (030) 6383736, [www.bsl.nl/service](http://www.bsl.nl/service)

# **KORT EN GOED GENOEG**

Praktijkboek kortdurende groepspsychotherapie

Marja van Aken-van der Meer

Bohn Stafleu van Loghum  
Houten 2008

© Bohn Stafleu van Loghum, onderdeel van Springer Uitgeverij 2008

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën of opnamen, hetzij op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16b Auteurswet 1912 j<sup>o</sup> het Besluit van 20 juni 1974, Stb. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stb. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorrecht (Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden.

Samensteller(s) en uitgever zijn zich volledig bewust van hun taak een betrouwbare uitgave te verzorgen. Niettemin kunnen zij geen aansprakelijkheid aanvaarden voor drukfouten en andere onjuistheden die eventueel in deze uitgave voorkomen.

ISBN 978 90 313 5315 6

NUR 777

Ontwerp omslag en binnenwerk: A-Graphics design

Bohn Stafleu van Loghum

Het Spoor 2

Postbus 246

3990 GA Houten

[www.bsl.nl](http://www.bsl.nl)

# Inhoud

**Voorwoord** 9

**Deel 1 Korte termijn focale groepspsychotherapie (KTGP): geschiedenis en context**

**Inleiding KTGP in vogelvlucht**

**Hoofdstuk I De maatschappelijke en professionele context van KGTP**

- 1 Ontwikkelingen binnen de samenleving 22
- 2 Ontwikkelingen binnen het professionele veld 24
- 3 De kernelementen van KTGP 30
- 4 De doelgroep 32
- 5 De organisatie van de behandeling 33
- 6 Overeenkomsten en verschillen met lange groepstherapie 34
- 7 Conclusie 35

**Hoofdstuk II KTGP en haar theoretische achtergrond**

**Inleiding** 37

- 1 Psychodynamische groepspsychotherapie; begripsbepaling 38
- 2 Psychodynamische groepspsychotherapie; een veld van interacties 50

**Deel 2 Kernbegrippen en hun toepassing**

**Hoofdstuk III Van indicatiestelling tot behandelfocus**

**Inleiding** 55

- 1 Indicatiecriteria voor KTGP 56
- 2 Het proces van indicatiestelling 59
- 3 Kernconflict en behandelfocus 63

**Hoofdstuk IV Limitering in tijd**

**Inleiding** 77

- 1 Het begrip tijd 77
- 2 Tijd als behandelinstrument: de groepsfasen 83
- 3 Het is niet over als het over is 102

**Hoofdstuk V De rol van de therapeut bij KTGP**

Inleiding 103

- 1 De rol van de KTGP-therapeut in de praktijk 104
- 2 Houdingsaspecten en vaardigheden 109
- 3 Valkuilen 111

**Deel 3 Specifieke toepassingen van KTGP****Hoofdstuk VI KTGP in de ambulante GGZ**

Inleiding 115

- 1 KTGP ambulant 115
- 2 Andere toepassingsgebieden 121

**Hoofdstuk VII Het opzetten van een korte termijn groep**

Inleiding 133

- 1 De eerste stap 133
- 2 Een plan van aanpak 134
- 3 De inbedding in de organisatie 135
- 4 Positionering buiten de directe organisatie 139
- 5 Cliënten en hun voorbereiding op de behandeling 140
- 6 Aandachtspunten voor de therapeuten tijdens de behandeling 141
- 7 Conclusie 142

**Hoofdstuk VIII KTGP in een therapeutisch milieu**

- 1 Klinische psychotherapie een begripsbepaling 144
- 2 De KKP, een combinatie van KTGP en klinische psychotherapie 145
- 3 De doelgroep 147
- 4 De kracht van een KKP 154
- 5 Het behandelaanbod verder uitgewerkt 157
- 6 De rol van het behandelteam 170
- 7 Evaluatie van de behandeling 172

**Hoofdstuk IX De cliënt en het tijdspad binnen de KKP**

Inleiding 173

- 1 De aanloopweek 173
- 2 De eerste tien dagen 174
- 3 De mottodag 178
- 4 Limitering in tijd 187
- 5 De eindevaluatie 194
- 6 Voortgang na de behandeling 195

**Hoofdstuk X Slotopmerkingen** 197

**Dankwoord** 201

**Literatuur** 203

**Register** 213

# Voorwoord

Er is in Nederland niet veel gepubliceerd over korte termijn groepspsychotherapie. *Kort en goed genoeg* van Marja van Aken is dus een boek dat bijzonder welkom is, ook omdat psychotherapeuten in deze tijd van 'managed care' en 'accountability' nadrukkelijk geconfronteerd worden met beperkingen en met de noodzaak korte termijn psychotherapieën te verrichten. De ondertitel van dit boek is *Praktijkboek kortdurende groepspsychotherapie*. Dit karakteriseert haar boek dat duidelijk op de praktijk is gericht en dat een grote hoeveelheid praktijkvoorbeelden bevat. Het boek geeft de opvattingen van de auteur over de praktijk van de korte termijn groepspsychotherapie gedetailleerd, goed en duidelijk weer.

James Groves schrijft in zijn *Essential papers on short-term dynamic psychotherapy* (1996) dat de korte termijn dynamische psychotherapie gekarakteriseerd wordt door vier essentiële elementen: 1) de korte duur van de psychotherapieën, 2) het gebruik van een focus, 3) de actieve opstelling van de therapeut en 4) de selectie van patiënten. In *Kort en goed genoeg* komen deze vier elementen op allerlei manieren steeds opnieuw aan de orde. Ook de invloed van de groepsdynamiek en de therapiegroep wordt op instructieve en gevarieerde wijze beschreven.

Het boek geeft een levendig beeld van de grote variatie aan opvattingen die men tegenwoordig in de korte termijn groepstherapie aantreft. Ook de visie van de auteur op de maatschappelijke en professionele context waarin de korte termijn groepstherapie tegenwoordig beoefend wordt, is aanwezig (hoofdstuk I).

Het enthousiasme van de auteur, haar grote ervaring met groepspsychotherapie en de levendige stijl waarin het boek geschreven is, maken *Kort en goed genoeg* instructief voor groepstherapeuten die met korte termijn groepstherapieën willen gaan werken en tot stimulerende literatuur voor ervaren groepstherapeuten. Het nodigt uit hun eigen ervaringen en opvattingen te vergelijken met die van de auteur.

Het is waardevol dat Marja van Aken een aantal praktijkvoorbeelden geeft van ambulante korte termijn groepspsychotherapieën voor specifieke doelgroepen (hoofdstuk VI) en uitvoerig ingaat op alle factoren die een rol spelen in de residentiële korte termijn groepspsychotherapie (hoofdstuk VIII). Dit laatste is duidelijk een terrein waarop de auteur grote ervaring heeft. Ook is er een hoofdstuk over het opzetten van een korte termijn groepstherapie (hoofdstuk VII).



Van Aken legt duidelijk de relatie tussen de klassieke groepspsychotherapie en de korte termijn groepstherapie. Ze beschouwt korte termijn groepstherapie als een specialisatie van de groepspsychotherapie meer in het algemeen, maar besteedt ook veel aandacht aan de betekenis die het werk van David Malan en Leigh McCullough heeft voor de korte termijn groepspsychotherapie. Deze twee psychotherapeuten-onderzoekers besteden immers, net als groepstherapeuten die werken met de mainline groepspsychotherapie, bijzonder veel aandacht aan de subjectieve, centrale gevoelens van hun patiënten.

Tegenwoordig is dit niet zo vanzelfsprekend meer als het eens in de psychotherapie was. In deze tijd van managed care zijn GGZ-instellingen immers nogal eens gericht op het behalen van snelle therapieresultaten en patiënten denken tegenwoordig niet zelden, beïnvloed door publicaties over de snelle vooruitgang van de geneeskunde, dat ze geen moeite hoeven te doen voor hun psychotherapie en dat ze hun – dikwijls onplezierige en beangstigende – gevoelens niet onder ogen hoeven te zien. De auteur maakt echter duidelijk dat patiënten, ook in de korte termijn groepstherapieën, hard moeten werken en moeilijke gevoelens onder ogen moeten zien, als ze resultaten willen bereiken die ‘goed genoeg’ zijn.

*Kort en goed genoeg* is een instructief boek dat veel vragen beantwoordt, maar ook veel boeiende vragen oproept.

Tom Berk