

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

BOEKEN

SYSTEMS-CENTERED THERAPY FOR GROUPS

Yvonne M. Agazarian (2004). London, Karnac, 328 pp. (ongewijzigde herdruk van 1997)

Agazarian heeft veel gepubliceerd op het gebied van de groepspsychotherapie. Haar vernieuwende bijdrage is dat zij groepstherapie integreert met de systeemtheoretische benadering.

Agazarian is eind zeventig en van de generatie die niet alleen aan de wieg heeft gestaan van de ontwikkeling van theorie en praktijk van de groepspsychotherapie, maar de groepspsychotherapie ook tot volwassenheid heeft zien uitgroeien. Ze is gevormd door het werk van de sociaal-psycholoog Lewin, die gedrag ziet als een functie van de wisselwerking tussen persoon en omgeving. Hierin passen uitsluitend groepsinterventies. Tegelijkertijd werd zij opgeleid in de psychoanalyse waar uitsluitend individuele interventies werden toegepast. Ze heeft zich verdiept in de kortdurende *dynamic psychotherapy* van Davanloo en in cognitieve gedragstherapie. De groepsvisie en de individuele visie bleven echter gesplitst, tot ze een brug in de theorie van levende (menselijke) systemen ontdekte. Zo ontstond haar benadering, *de systems-centered therapy for groups* (SCT). In het boek werkt ze die uit door in deel I een theorie van de menselijke systemen te beschrijven en in deel II de *systems-centered* praktijk.

Een sterke drijfveer voor Agazarian is geweest dat zij wil voorkomen wat ze in psychodynamische groepen altijd zag gebeuren: het ontstaan van splitsing door stereotyped

rollen zoals die van de zondebok en de geïdentificeerde patiënt. De mens is geneigd verschillen die hij niet kan accepteren te ontkennen, te splitsen of te projecteren. Agazarian zet drie methoden in om splitsing te voorkomen en de verschillen te integreren, *subgrouping*, *vectoring* en *boundarying*.

Subgrouping ligt aan de basis van SCT. Het systeem van de subgroep staat hiërarchisch in tussen het systeem van de groep als geheel en het groepslid als systeem (*self-centered system*). Agazarian ziet de subgroep als het meest efficiënte interventieniveau. Het gaat om het exploreren van verschillen tussen en in subgroepen, die zich vormen rond wat zij conflicten noemt. Bijvoorbeeld het conflict tussen het verlangen geholpen te worden versus de neiging de zwakke te willen helpen. Zo ontstaat er differentiatie en vervolgens integratie op het niveau van de groep als geheel.

Boundarying verwijst naar grenzen. Een belangrijke grens is die tussen de groep en de buitenwereld. Men werkt vanuit het realiteitsprincipe, waarin angsten worden nagevraagd. Het houden van oogcontact met leden van de subgroep is belangrijk ter voorkoming van regressie en defensief communiceren, maar ook om de gevoelens in het hier en nu te delen met de groep. De basis is exploratie, hetgeen veiligheid en respect voor elkaar creëert. Dat vereist het stellen van hypothetische vragen aan elkaar over het wat en het hoe en expliciet niet over het waarom. De vraag 'Waarom ben je kwaad?' genereert klachten over ouders, partners en de wereld, waar je volgens Agazarian niets aan hebt.

Het werken in een SCT-groep vraagt van de groepsleden dat ze gecentreerd zijn, dat wil zeggen aanwezig met aandacht en bereidheid tot exploratie. Groepsleden leren de grens te zien tussen feiten en gevoelens in termen van de basisgevoelens bang, boos, blij en bedroefd. Dit doet erg denken aan

cognitieve gedragstherapie. De schrijfster dankt de grondleggers Beck en Burns daarvoor, maar ze gaat verder door vervolgens te kijken welk conflict of impuls door de cognitieve vervormingen wordt afgeweerd.

Groepsleden leren onderscheid te maken tussen de expressie van het gevoel en het gevoel zelf. Zo zijn driftbuien, beledigende opmerkingen en gewelddadige handelingen expressies van woede, niet de woede zelf. Die is op zichzelf beschouwd een positieve ervaring van kracht en potentie. Ook leren de groepsleden inzien dat denken en doen niet hetzelfde is, waarmee hun angst om door te schieten in hun agressieve fantasieën wordt verminderd. Bij het sluiten van de groep, op de grens van binnen en buiten, worden vragen gesteld als: wat heeft je verrast, bevredigd, ontevreden gemaakt en wat heb je geleerd of ontdekt?

Vectoring energy is het richten van energie weg van de afweer en naar het doel. Het doel is achter de afweer kijken, contact maken met het gevoel erachter, de conflicten onder ogen zien op een manier die voor de groep en het individu te verdragen is, en in contact komen met de basale vitaliteit die in de niet-afgeweerde gevoelens zit. Het gaat er voortdurend om de groepsleden een bewuste keuze te laten maken waarop ze hun energie willen richten. Belangrijk daarbij is het principe van de tweesprong (*fork in the road*). De patiënt kiest de weg die hij gaat, waarbij aan elke keuze consequenties vastzitten: kies je voor de status-quo, het in stand houden van koppigheid, of voor nieuwsgierigheid? Wat zijn de kosten van die twee en wat levert het op?

Groepsleden worden geholpen van context te wisselen en zichzelf te gaan zien als het *self-centered* systeem in een *system-centered* systeem. De contextverschuivingen veranderen de interne perceptie en ervaring

van het individu en dat beïnvloedt weer zijn gedrag in het systeem, dat op zijn beurt weer de omgeving verandert en de relaties in de echte wereld. Indirecte systeemtherapie dus.

Drie belangrijke uitgangspunten van het werken in een SCT-groep zijn nu aan de orde geweest. Een ander belangrijk uitgangspunt is Agazarians visie op ontwikkelingsfasen in de groep, de daaraan gekoppelde afweermanifestaties en de invloed daarvan op individuele leden. De groep ontwikkelt zich in drie fasen. Van fase een, de autoriteitsfase, naar fase twee, de intimiteitsfase, naar fase drie, die van interdependente liefde, werk en spel. Elke fase heeft een aantal specifieke afweermechanismen die als functie hebben verandering tegen te gaan. De afweer wordt in vijf opeenvolgende modules behandeld, waarbij elke module correspondeert met de fase van groepsontwikkeling. Het doorlopen van deze modules biedt het behandelplan voor het individu. Aangezien elke afweermodificatie een specifiek symptoom benadert, kan de therapie achtereenvolgend dan wel in gescheiden modules worden aangeboden en kort of lang duren.

Het praktijkgedeelte in deel II is opgehangen aan de faseontwikkeling in de groep. Het ontwikkelingsmodel is vrij uitgebreid en gedifferentieerd beschreven. Het voert te ver om alle aspecten te bespreken. Ik noem er een paar. Agazarian betreft lichamelijke ervaringen in het psychotherapeutisch proces. Dat is prettig om te lezen, gezien de ontwikkeling van de laatste decennia waarin binnen de systeemtheorie het experiëntieel perspectief uit het zicht verdwenen is en de nieuwe ontwikkelingen sterk cognitief van aard zijn. Ze beschrijft het als een gewone menselijke impuls om anderen te beschuldigen op het moment dat de frustratie bij ons

groter wordt dan de tolerantie. Ze noemt dit de vergeldingsimpuls, die we vervolgens willen afweren. We doen dat door de agressie op onszelf te richten en depressief te worden of door te ageren en sadistisch of gewelddadig te worden. Dit is dan weer gekoppeld aan bekende fenomenen als de geïdentificeerde patiënt en het zondebokmechanisme in de autoriteitsfase.

In de hoofdstukken daarna kunnen we lezen hoe groepsleden en therapeuten in rollen worden gezogen en hoe mensen kunnen worden geholpen los te komen van rollen als redder en vervolger. In de intimiteitsfase gaat het over zaken als wanhoop over het afgesplitst zijn (separatie) en de schaamte voor onszelf. Het ervaren groepslid in de laatste fase heeft geleerd *self-centered* te zijn, de individuatie heeft zijn beslag gekregen, hij heeft zicht op zijn functioneren binnen verschillende contexten. Hij heeft het model geïnternaliseerd en kan zijn eigen probleem oplossen.

Is het boek relevant voor systeemtherapeuten? In eerste instantie is het interessant voor therapeuten die met groepen werken.

Agazarian gaat diep in op achterliggende, vaak heftige gevoelens in de context van een stevige structuur die veel veiligheid biedt. De methodiek lijkt daarom geschikt voor verschillende doelgroepen, met name ook voor mensen met een zogenaamde zwakke egostructuur. Zelf noemt ze als mogelijke toepassing onder meer trainingsgroepen of werkgroepen binnen organisaties.

Systeemtherapeuten die werken met groepen bestaande uit meerdere (echt)paren en meerdere gezinnen zouden hun voordeel met het boek kunnen doen. Er kunnen subgroepen gevormd worden, waarbij de systeemtherapeut ervoor moet zorgen dat het verschil weer geïntegreerd wordt in de eigen relatie of het gezin. Ook is het boek informatief als

men meer wil weten over intrapsychische processen van partners die gevangen zitten in een sadomasochistische complementariteit en/of te maken hebben met ernstige agressie.

In zijn geheel ademt het boek eerder de sfeer van het psychodynamische gedachtegoed over een steunende structurende invalshoek voor groepspsychotherapie dan de sfeer van systeemtherapie. Het systemische zit in het concept van de groep als sociaal systeem met grenzen, de *subgrouping*, het idee van meegaan in de dynamiek en het verschil dat verschil uitmaakt.

Zit er consistentie in het boek?

Agazarian beschrijft een praktijktheorie die ontstaan is vanuit verschillende theoretische opvattingen. Daarbij heeft ze het consequent over de patiënt, waarmee ze tevens het ziektemodel binnenhaalt. De praktijk is dat een therapeut die geschoold is in systeemtheorie en psychoanalyse, de concepten vanuit beide theorieën op verschillende momenten op verschillende situaties en mensen toepast. Dat dit methodologisch en wetenschapsfilosofisch leidt tot puzzels komt niet in haar boek naar voren. De lineaire concepten van de psychoanalyse en de circulaire van de systeemtheorie bestaan naast elkaar. Zo beschrijft ze de wederkerigheid van rollen naast de wetmatigheid van de lineaire sequentie van de fasen van de groep; de context als bepalend voor gevoel en gedrag naast de bepaaldheid door de opvoeding van de ouders. Het lijkt me dat een therapeut zich wel bewust dient te zijn van die conceptuele sprongen en van het feit dat hij daarmee verschillende mensvisies meegedeelt met het gevaar op verwarring. Daar komt bij dat de samenhang binnen het model soms ook te wensen overlaat. Waarom moeten agressie en angst behandeld worden in een bepaalde fase van de groep? Wanneer is er individueel werken in de groep, wanneer

subgrouping? Wanneer plaats je een bepaalde interactie als fenomeen van de autoriteitsfase en wanneer in de intimiteitsfase? Agazarian constateert deze puzzels niet en biedt daarbij dus ook geen hulp.

Systeemtheoretisch past dit boek het best in de traditie van de cybernetica van de eerste orde (Boeckhorst, 1997) met de therapeut als deskundige wiens visie op problemen meer 'waar' is dan die van de leden van het systeem. De problematiek van de groepsleden past Agazarian immers in het fasenmodel in en het model is mede psychoeducatief; men leert hoe de principes van SCT op het eigen leven toe te passen.

Ondanks deze bedenkingen is het boek grotendeels prettig geschreven. Het eerste deel, als een speurtocht naar de basis van het model, maakt van ons een benieuwde lezer. Het tweede deel is voor de groepspsychotherapeutische lezer deels vernieuwend, deels bekend. Dit deel is wisselend van kwaliteit en niet altijd even helder in zijn begripsomschrijvingen, bijvoorbeeld van (de verschillen tussen) frustratie, geprikkeldheid en agressie. De uitwerking van de theorie in de transcripties van groepszittingen biedt de groepspsychotherapeut een mooi inzicht in hoe het werkt. Als pluspunt is verder nog te noemen dat

Agazarians groepsbehandeling sterk gestructureerd is en het regressiegevaar sterk inperkt. Het model geeft ruimte aan menselijke en toch beladen en schaamtevolle onderwerpen zoals de ander terug willen pakken en de ander tot zondebok willen maken.

Wat ik miste was de ontwikkeling van de groepspsychotherapie in de laatste decennia. Agazarian zet zich af tegen de non-directieve, psychodynamische groep met een achteroverzittende therapeut met veel aandacht voor het verleden, terwijl er de laatste decennia veel diversiteit in de groepspsychotherapie is ontstaan op de schaal van ondersteunend naar inzichtgevend voor verschillende doelgroepen. Ik miste ook de aansluiting met de recentere ontwikkeling van de systeemtheorie. Dat valt ook op in de literaturopgave, waarin nog maar een enkel boek van na de jaren tachtig voorkomt.

Toch, een boek dat de moeite waard is om te lezen, van een vakvrouw die veel te vertellen heeft.

Henk Trip

Literatuur

Boeckhorst, F. (1997). Meervoudige Perspectieven. *Systeemtherapie*, 9(1), 15-49.



SELF IN RELATIONSHIPS. PERSPECTIVES ON FAMILY THERAPY FROM DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

A. Johnsen, R. Sundet & V.W. Torsteinsson (2004). London: Karnac Books, ISBN 1-85575-951-9, pp. 326

De auteurs, klinisch psychologen/systeem-

therapeuten uit Oslo, zijn van oordeel dat gezinstherapie gebaat is bij kennis over de ontwikkeling van kinderen. De theoretische onderbouwing van de gezinstherapie is volgens hen tot op heden eerder formeel dan inhoudelijk geweest. Gezinstherapeuten negeren vaak ontwikkelingstheorieën omwille van hun gerichtheid op pathologie en hun gebrek aan aandacht voor relationele