

Destructieve therapiegroepen en hun leiders

Rijk Willemse

In Nederland zijn naar schatting enkele honderden sekteachtige bewegingen actief. Misstanden komen slechts beperkt voor, maar de gevolgen kunnen schrijnend en zwaar zijn. Dat zijn twee van de belangrijkste conclusies uit het onderzoek *Het warme bad en de koude douche* (2013) dat Bureau Beke verrichtte in opdracht van het Wetenschappelijk Onderzoek- en Documentatiecentrum van het Ministerie van Justitie en Veiligheid. Zijn met dit onderzoek de belangrijkste gevaren van zulke bewegingen in beeld gekomen? Dit essay betoogt van niet: met name in therapeutische groepen wordt onder de vlag van persoonlijke groei nog veel schade aangericht die in het rapport van Bureau Beke onvoldoende belicht wordt.

Bureau Beke heeft met zijn onderzoek een belangrijke stap gezet waardoor sekteachtige bewegingen en de beweegredenen van de betrokkenen in beeld komen. Toch relativeert Bureau Beke de resultaten van het eigen onderzoek ook nadrukkelijk: “De misstanden zijn als zodanig benoemd door mensen die de misstanden op deze manier hebben ervaren. Daar zit per definitie een subjectief element in. Het aantal personen dat heeft gereageerd en nog in een sekte zit, is vrijwel nihil. [...] Het onderzoek heeft niet tot doel een representatief beeld te schetsen van sekten in Nederland en van de omvang van de misstanden.” (p. 157)

Het is jammer dat het rapport hiermee aan kracht verliest en dat het niet dieper op zaken ingaat waar dat mogelijk was. De onderzoekers hebben dan wel literatuuronderzoek gedaan. Maar bijvoorbeeld de verhelderende analyse van Daniel Shaw (*Traumatic Abuse in Cults, in: Cultic Studies Review, 2, 2003*) die de schaamte van leden, ex-leden maar ook van de leider, een belangrijke plaats geeft als drijvende kracht, ontbreekt. Daarmee mist een belangrijke invalshoek op de problematiek.

Het rapport van Bureau Beke benoemt de rol van de schaamte van ex-leden als volgt: “Sekteleden die individueel uittreden, lijken hun verhaal moeilijk met anderen te kunnen delen. Hierbij lijkt schaamte ook een grote rol te spelen. Mensen schamen zich voor wat ze hebben meegemaakt, maar ook voor het feit dat ze ‘erin zijn getrapt’. [...] Toch stellen enkele uitgetreden leden dat zij ook fijne perioden of momenten hebben gehad binnen de sekte.” (p. 80)

Daarmee gaat het onderzoek voorbij aan de Stockholm-achtige trauma’s waardoor de verhalen van (ex-)leden gekleurd kunnen worden en waardoor de feitelijke schade en risico’s onvoldoende aan de orde komen. Bovendien belicht het onderzoek zo onvoldoende de rol van schaamte bij het gedrag van de leider van een destructieve gemeenschap. Gemiste kansen.

Met name waar het niet-religieuze, therapeutische groepen betreft, is het van belang de psychische en financiële risico’s van deelname goed in beeld te krijgen. Immers, zulke groepen lijken deel uit te maken van het reguliere Nederlandse zorgsysteem en van het scholingscircuit voor ‘persoonlijke groei’, met relatief onschuldig ogende doeleinden en ogenschijnlijk maatschappelijk draagvlak. Leerdoelen als ‘innerlijk leiderschap’, ‘zelfmanagement’, ‘persoonlijke ontwikkeling en zingeving’, bedekken vaak (maar niet altijd, en dat maakt het zo riskant) jarenlange, duurbetaalde trajecten van groepssessies

en individuele consulten waarbij het ego van de deelnemer stevig onder handen wordt genomen.

Een ex-lid vertelt in het onderzoeksrapport van Beke (p. 76): “Na de intake krijg je het aanbod om mee te gaan in een opleiding van vier jaar. Dit wordt de scholing genoemd en ze beloven dat alles wat je ervan weerhoudt jezelf te zijn, opgelost zal worden. [...] Daarna blijkt hoezeer de volgelingen steeds meer aan het lijntje gehouden worden volgens een respondent. ‘De opleiding was eigenlijk meer dan vier jaargangen, er ontstond een masterclassgroep. In het vierde jaar was er altijd wel iets wat je niet had geleerd waardoor je het beste kon worden teruggezet in een vorig jaar.’”

De scholingsweg van zulke groepen is gecentreerd rond een leider, die vaak ondersteund wordt door een kerngroep van gevorderde adepten. Deze leider en diens hofhouding hanteren vaak zogenaamde destructieve controletechnieken. We geven hiervan een korte indruk, omdat hiermee de kern van het probleem pregnanter aan het licht komt dan in het onderzoeksrapport van Bureau Beke. We baseren ons onder meer op *Traumatic Narcissism* (Daniel Shaw, 2014), *In de ban van een sekte* (Hugo Stamm, 1996), *Combatting cult mind control* (Steven Hassan, 1998), *Ik was gek van geluk* (Carine Damen, 2013) en de website *sektesignaal.nl* die gefinancierd wordt door het Ministerie van Justitie en Veiligheid.

Onderdeel van de destructieve controletechnieken is het voor de deelnemers onvoorspelbare gedrag van de leider. Deze draagt tijdens groepsessies nu eens extreem vertrouwen in de betreffende deelnemer uit en verklaart eveneens oneindige liefde voor de deelnemer te hebben. De onderzoekers van Bureau Beke noemen dit ‘het warme bad’. Diezelfde leider pleegt dan weer publiekelijke vernederingen en beschimpingen van diezelfde deelnemer (‘de koude douche’). Dit levert een afwisseling van – veelal verslavende – ‘highs’ met gevreesde ‘lows’ op, met als gevolg dat de deelnemer alles in het werk wil stellen om het ‘high’ te bereiken door de leider te behagen.

De leider motiveert deze aanpak vanuit de – vaak onuitgesproken – ratio dat het oude ego van deelnemer afgebroken moet worden en vervangen dient te worden door een nieuw, gereinigd ego. Feitelijk gevolg is echter dat er bij de deelnemer een grote afhankelijkheid ontstaat van de leider en dat het oorspronkelijke ik van de deelnemer geleidelijk aan plaatsmaakt voor een ‘tweede ik’ dat gestuurd wordt door de normen en waarden van de leider en dat het gedrag, het denken en het voelen overneemt.

Dit is de motor van ups en downs bij de deelnemers waarvan de leider afhankelijk is. De leider zorgt hiermee voor een trouwe aanhang van deelnemers die, als zij zich eenmaal verbonden voelen, de groep niet snel zullen verlaten en door dik en dun ‘geloven’ in hun leider en diens aanpak. Dit heeft niet alleen een stimulerende werking op de leider en de groep, maar dit zorgt ook voor continuïteit van de economische eenheid die de groep voor de leider vormt. De periodieke financiële bijdragen, maar ook de onbetaalde niet-materiële inzet in de vorm van klusjes voor de leider en de groep, zorgen hiervoor.

Slaagt de leider er niet in een kandidaat-deelnemer te onderwerpen, dan volgt uitstoting uit de groep. Zo wordt de groep gereinigd van kritische deelnemers en blijven lastige vragen uit. Volgers bij wie de destructieve controletechnieken succesvol toegepast konden worden, mogen blijven. Zij voldoen veelal aan het volgende, stereotype profiel, dat het gevaar van deze groepen illustreert.

Verbonden volgers hebben – op voorstel van de leider – de contacten uit hun ‘vorige leven’ vaak verbroken. Die contacten kunnen met hun ‘lastige vragen’ een bedreiging vormen voor de motor die de leider wil laten draaien. Vriendschappen van vroeger worden door de leider omgedoopt tot de grootste vergissing aller tijden. Volgers besteden veel tijd aan de scholing en aan vrijwillige, niet-betaalde klusjes voor de leider. De vrije tijd die overblijft, wordt binnen de groep genoten en bij voorkeur niet daarbuiten. De kosten van de scholing en van de vele individuele *consults* leggen daarnaast een flink beslag op het budget van de volgers.

De volger kiest dus voor isolement en een nieuwe kring van vrienden. Dit houdt in: frequente omgang met groepsgenoten en de leider (ook buiten de ‘scholing’), geen feestjes meer met een gemengd publiek, geen aandacht meer voor oude vrienden en de tot dan toe bestaande, regelmatig terugkerende zaken als vriendenuitjes of verjaardagen. De familie van de volger ondergaat vaak hetzelfde lot: het ouderlijk gezin van de volger wordt figuurlijk ‘onder een stolp’ geplaatst, op een plek waar het nieuwe ego er geen betekenisvolle verbinding mee kan aangaan.

Een koude en berekenende omgang met mensen kenmerkt het sociale verkeer van de verbonden volger, waardoor de reacties van de omgeving vaak als *self-fulfilling prophesy* gaan werken, wat deze omgangsstijl nog meer versterkt. Ook dreigt de volger veelvuldig met een breuk of een anderszins rigoureuze ingreep in bestaande verhoudingen buiten de groep wanneer zaken daar niet verlopen zoals hij of zij dat wenst. Waar deze dreigingen ook ten uitvoer worden gebracht leidt dat tot nog meer isolatie en eendimensionaliteit in het denken.

Het sociale isolement wordt echt problematisch wanneer een volger uitstapt of uitgestoten wordt. Het oude netwerk en de warmte van de groep zijn beide niet meer beschikbaar. Het oude ik en het nieuwe ik raken met elkaar in strijd. Langdurige psychische problemen en zelfs een psychose zijn in die gevallen niet zeldzaam. Velen blijven hun scholingsgroep echter langdurig trouw.

De verbonden volger hanteert een nieuw, vaak idiosyncratisch systeem van normen en waarden en kan bij vlagen – bijvoorbeeld op het werk – onberekenbaar en extreem hard uit de hoek komen. Dit in navolging van de harde aanpak van de leider, een aanpak die buiten de groep veelal zonder het gewenste effect blijft.

Het privédoemien lijkt voor de volger niet meer te bestaan, ook niet binnen het huwelijk. Veel wordt gerapporteerd aan de leider van de scholingsgroep en vervolgens in diepte besproken in die groep, ook als het informatie betreft die de volger in vertrouwen wordt aangereikt. De eigen humor en de eigen liefhebberijen worden vervangen: deze zijn het domein van het oorspronkelijke ik en moeten plaatsmaken voor de humor en liefhebberijen van het nieuwe ik, die van de leider: ‘Vind jij dát leuk?’

De verbonden volger is vaak slecht geconcentreerd, maakt fouten op het werk en vergeet veel. De loopbaan lijkt op het tweede plan te komen en langetermijnplannen hiervoor worden vaak bijgesteld of verlaten. Het nieuwe ik heeft een slecht geheugen en weinig morele grondslag. Het treedt telkens weer schematisch op tegen dezelfde kwesties, zonder intelligente sturing, zonder twijfel en ogenschijnlijk zonder zelfreflectie. De volger kan slecht een eigen mening vormen en heeft daarvoor eerst het consult van de leider nodig. Vaak lijdt het werk van de volger er op termijn zodanig onder dat deze niet meer kan functioneren en zoekt naar nieuwe ‘uitdagingen’.

Daniel Shaw geeft in zijn artikel *Traumatic Abuse in Cults* (2003) een inkijk in de motieven van de leider en in die van de volgers van destructieve groepen. Sleutelwoord in zijn analyse is 'schaamte'. De leider van zo'n groep is in zijn ogen een narcistische persoonlijkheid veelal met trauma's van een gewelddadige opvoeding met misbruik en verwaarlozing. De leider van een destructieve therapiegroep is – in deze analyse – verslaafd aan de aanbidding door zijn of haar volgers. Als die aanbidding plaatsvindt, zorgt dit tegelijkertijd en tegenstrijdig genoeg voor een diep schaamtegevoel bij de leider, omdat deze aanbidders hem of haar doen herinneren aan de eigen afhankelijkheid tijdens de traumatische ervaringen van vroeger. Dit schaamtegevoel werkt de leider weg door toepassing van (geestelijk) geweld op de volgers. Door de volgers met hun zwaktes te vernederen (her)neemt de leider de eigen superieure positie van wijze, alwetende spil van de groep.

De volgers op hun beurt worden op deze wijze aangemoedigd om te infantiliseren en te geloven dat hun leven afhangt van het behagen van de leider. Het uiteindelijke effect is dat het slachtoffer ervan overtuigd is dat de leider onfeilbaar is en dat weerstand niet baat. Als de leider positieve interesse vertoont in een volger en diens zwakheden, geraakt deze in een toestand van 'bliss' (het warme bad), die tegelijkertijd de angst en schaamte om die positieve aandacht te verliezen maskeert (de koude douche).

En, terwijl de leider ogenschijnlijk alles in het werk stelt om de volgers uit te nodigen een staat van perfectie te bereiken door diens aanwijzingen te volgen (de scholing), zorgt de leider er in werkelijkheid voor dat de volgers zich voortdurend schamen voor hun imperfecties, maar ook voor hun (passieve) deelname aan de vernederingen van groepsgenoten door de leider. Op die manier houdt de leider permanent controle over de volgers.

De volgers zijn voortdurend bezig om in het gevlug te komen bij de leider. Het is voor hen van het grootste belang hoe de leider hen waarneemt, goed of slecht, up of down. Tegelijkertijd moeten zij het gewelddadige en narcistische gedrag van de leider accepteren en ombuigen naar een moreel acceptabel verhaal, terwijl ze voortdurend klaar staan om de schuld te ontvangen die de leider over de scholingsgroep uitstort.

In de innerlijke strijd – tussen het oorspronkelijke ik en het nieuwe ik – die dit bij de volgers oplevert, is schaamte een belangrijke factor. Want, de volgers geven zich voortdurend over aan de leider en zien voortdurend af van hun eigen kracht, trots en persoonlijke vrijheid. Het ego van de volger moet worden opgegeven en de volger gelooft uiteindelijk dat zijn of haar verslaving aan de leider de hoogste vorm van bevrijding is, en dat zijn of haar vervreemding de hoogste vorm van verbinding is.

Wat begint als therapie ontwikkelt zich tot onderwerping. De *Beroepscode voor Psychotherapeuten* (Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie, 2018) stelt: "De psychotherapeut zal gedurende de behandeling geen andere relatie dan een behandelingsrelatie met de cliënt hebben." Niettemin ontwikkelt de relatie cliënt-therapeut zich in deze groepen vaak tot een band met niet-therapeutische kenmerken: de leider (en diens hofhouding) neemt waar mogelijk deel aan sociale en maatschappelijke events van de cliënt, zoals verjaardagen en andere feestelijkheden. De 'oude' sociale kring van de cliënt is hier aanvankelijk onder voorwaarden welkom, maar verdwijnt na verloop tijd – vaak hoofdschuddend – van het toneel. De therapiegroep neemt op deze wijze ook bezit van het privéleven van de cliënt.

Het is treurig dat de onderzoekers van Bureau Beke niet eveneens keken naar het werk van Margaret Singer die schrijft over de gevolgen van 'cults' voor de werkvloer (*Cults In Our Midst*, Margaret Singer 1995). Volgers van destructieve therapiegroepen zorgen vaak voor acquisitie van nieuwe leden voor hun groep, in opdracht van de leider, of op eigen initiatief om in het zo gewilde gevlij te komen bij de leider. In deze – vaak dwangmatige – werving vinden zij eveneens de gelegenheid om de keuze voor hun eigen scholingsweg te legitimeren, bij de betreffende kandidaat en, wellicht onbewust, voor zichzelf.

De werving van nieuwe leden vindt veelal plaats op de enige plek waar de volger nog min of meer betekenisvolle sociale contacten heeft buiten de scholingsgroep: op het werk. Kansen voor verbetering van het persoonlijk functioneren van de betreffende collega of van het functioneren van de afdeling, zijn hierbij het gesprekstema. De werving speelt zich volgens een vast stramien af, en bezorgt de volger schijnbaar weinig morele belemmeringen of gewetensbezwaren. Hij of zij heeft immers het beste voor met de betreffende collega.

Na de toenadering, ontstaat een min of meer vriendschappelijke band met de beoogde kandidaat. Deze herkent en erkent de belangstelling en de problematisering van een persoonlijke eigenschap of een omschreven organisatorische kans. Het advies ("Weet je wat jij zou moeten doen?") om een keertje mee te gaan naar de scholing, of om te bellen met de leider maakt de acquisitiepoging af.

Margaret Singer besteedt ook uitgebreid aandacht aan de werving door superieuren in de arbeidsrelatie, waarbij de ondergeschikte zich gedwongen voelt deel te nemen aan 'opleidingsgroepen' op straffe van demotie of ontslag, of als kans op een verbetering van de eigen loopbaan.

Tegen de achtergrond van het destructieve karakter van de betreffende therapiegroepen doen personeelsmanagers er goed aan om – waar dat mogelijk is – scherp te letten op deze wervingspogingen. Zij krijgen immers vaak het scholingsvoorstel onder ogen. Het risico voor hen is volgens Singer tweeledig. Ten eerste dat zij een medewerker verliezen aan een groep die ervoor zorgt dat diens werkenergie wordt afgetapt en dat diens persoonlijkheid wordt geschaad. Ten tweede, dat er conflicten ontstaan binnen het team over een niet-geslaagde toetreding. Immers, wanneer de werving niet slaagt, of de kandidaat na een tijdje toch uittreedt, leidt dat tot vrijwel onverzoenlijke standpunten en lastige werkverhoudingen tussen werver en beoogde kandidaat.

Het is inmiddels enkele jaren geleden dat het onderzoek van Bureau Beke plaatsvond. Er lijkt ondertussen weinig gebeurd te zijn om de gesignaleerde ontwikkelingen tegen te gaan. Bestuurlijke laksheid, maar ook het ontbreken van wettelijke gereedschappen om deze gesloten culturen aan te pakken, kunnen hiervan de oorzaak zijn. Een klimaat waarin de persoonlijke keuzevrijheid en de privacy zwaarder wegen dan de noodzaak tot preventie draagt mogelijk bij aan dit gebrek aan actie.

Was Bureau Beke destijds dieper gedoken in de motieven en verhalen van de volgers van destructieve therapiegroepen, dan waren het werkelijke gevaar en de werkelijke schade van deze groepen duidelijker aan het licht gekomen in hun rapport. Dan was de laconieke reactie van minister Opstelten op het rapport destijds – wellicht – voorkomen. In de Kamerbrief van 9 oktober 2013 over het onderzoeksrapport stelt de minister: "Daarmee geeft dit onderzoek geen aanleiding om het huidig instrumentarium ingrijpend aan te passen door specifiek op nieuwe (religieuze) bewegingen gerichte

beleidsmaatregelen te treffen. [...] Het Nederlands instrumentarium van strafrecht en zorg biedt voldoende mogelijkheden om deze misstanden aan te pakken en (ex)volgelingen en familie ondersteuning te bieden.”

De stellingname van Opstelten is een heroverweging waard. Niet alleen de beleidsmaatregelen voor toezicht lijken scherper te kunnen, met name waar het de zorg betreft, maar ook bij de informatievoorziening over de potentiële risico's van deze gesloten culturen en bij de opvang van 'uitstappers' lijken nog veel kansen te liggen. Denk daarbij bijvoorbeeld aan controle op registratie van personen die zich afficheren als psychotherapeut, op inschrijving in het zogenaamde BIG-register dat aangeeft wat zorgverleners kunnen en mogen. Of denk aan campagnes voor professionals in de zorg en de human resources. Zodat mensen met een psychische hulpvraag, hun zorgverleners en hun doorverwijzers op zijn minst kunnen weten wat deze destructieve 'scholingswegen' inhouden. En zodat mensen die 'uit willen stappen' de ondersteuning kunnen krijgen die ze nodig hebben.

Natuurlijk staat het iedereen vrij om te kiezen voor de vorm waarin de eigen behandeling gestalte krijgt, ongeacht de gevolgen; onder de noemer van persoonlijke autonomie kiezen nog velen voor middelen, therapeuten en therapieën die schadelijk blijken te zijn. Dat is en blijft aan hen. Het is echter aan onze overheid om aan goede informatievoorziening te doen bij verwijzers en cliënten. Het is ook aan onze overheid om toezicht te houden op de verstrekking van de middelen en op de kwaliteit van de therapieën.

Dus, waar preventie mogelijk is, waar verwijzers onwetend doorverwijzen, en waar behandelaars de fout in gaan omdat zij de beroepscode schenden, moet optreden mogelijk zijn.

[2977 woorden]