



MEDEDELINGENBLAD

NEDERLANDSE  
voor WERKGEMEENSCHAP  
INDIVIDUAL PSYCHOLOGIE

*33<sup>e</sup> Jaargang nr.1 September 1984*

Redactie-adres: Dirk de Raetlaan 64  
2241 RJ Wassenaar

Beste Mensen,

Voor U ligt het nieuwe Mededelingenblad van de Nederlandse Werkgemeenschap voor Individual Psychologie. Hierin vindt U naast een aantal nostalgische zaken vooral ook tekenen van het nieuwe leven dat onze vereniging in zich draagt. Wanneer we naar buiten kijken en zien hoe de herfst zijn intrede doet lijkt de natuur niet direct gunstig voor dit nieuwe leven. Het wordt weer tijd om in de huiskamer rond de kachel te vertoeven. Dit is nu juist de sfeer waarin de Individual Psychologie in Nederland is begonnen en vaste voet heeft gekregen. Ik spreek daarom de wens uit dat dit opnieuw mag gebeuren.

+ 202.

*Enn* Wanneer wij, met een blik op het verleden, met ons allen de schouders onder het he-den zetten, moet dat lukken.

Gerard Kulker.

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individual Psychologie.

Secretariaat: Raphaëlstraat 18 I,  
1077 PT Amsterdam.

Postgiro 476400 t.n.v. Ned. Werkgemeenschap  
voor Individualpsychologie,  
1411 KD Naarden.

Ereleden:

~~Mw. T.P. van Asperen-Visser, Ede.~~

Mw. L.C. van Dijk, Amsterdam.

Hr. J.H. Richard, Den Haag.

Mw. L.M.C. Richard-Stuurman, Den Haag.

Redactie adres:

~~Dirk de Raetlaan 64,  
2241 RJ Wassenaar.~~

"In de gedachte van samenwerking is moed en  
geluk mede besloten"

Alfred Adler.

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individual Psychologie.

Bestuur:

Hr. G.A.L. Kulker, voorzitter,  
Mustangstraat 28, 3151 GN H.v.Holland. Tel.:  
01747-3562.

Mw. B.J.M. Strobosch-van Duyne, secretaris,  
Raphaëlstraat 18 I, 1077 PT Amsterdam. Tel.:  
020-794363.

Mw. A.H. de Vos-Heekelaar, penningmeester,  
Flevolaan 30, 1411 KD Naarden. Tel.: 02159-41300.

Mw. M. de Clerq-Jost, redactie,  
Lisserweg 485, 2165 AS Lisserbroek. Tel.:  
02521-13567.

Hr. R. Glastra, bibliotheekbeheer,  
Maria Montessoristraat 13 hs,  
1068 PC Amsterdam-w. Tel.: 020-194768.

~~Hr. P. Lute de Vries, redactie,  
Dirk de Raetlaan 64, 2241 RJ Wassenaar.  
Tel.: 01751-18317.~~

Mw. J.E. Noordenbos, 2e secretaris,  
Goeverneurkade 32, 2274 KJ Voorburg.  
Tel.: 070-861674.

*belangrijke  
117,50 per jaar*

Subdij naar herijzen II

Alfred Adler: "Alles kan ook anders zijn",  
in het achterhoofd.

*Voor  
uit  
op  
de*

HET MEDEDELINGENBLAD VAN DE WERKGEMEENSCHAP  
September 1984 en ons mededelingenblad  
is na een onderbreking van 5 jaar weer zelf-  
standig verschenen. In de volgende nummers,  
die in December 1984, Maart en Juni 1985  
zullen verschijnen, kunt U weer als vanouds  
de verslagen van de winterlezingen aantreffen.  
*naast andere artikelen*  
In het Decembern timer kunt U ook de vooraan-  
kondigingen aantreffen van de lezingen, die  
de werkgemeenschap in het voorjaar van 1985  
zal organiseren. De samenwerking met de STIP  
is niet geheel verbroken, zoals U hebt <sup>en zult</sup> kun-  
nen lezen blijven STIP en NWIP de agenda van  
elkaars activiteiten publiceren. Zo gaat dat  
onder goede vrienden. (Vele leden van de NWIP  
zijn trouwens tevens lid van de STIP.)

Uw reacties op het reilen en zeilen van de  
NWIP zijn ~~ook~~ zeer welkom. <sup>Daarom heeft u</sup> op de achterflap  
van dit blad ~~treft u~~ naam, adres en telefoon-  
nr. van Uw bestuursleden aan, en hun functies.  
U kunt naar believen Uw telefoon grijpen of  
in de pen klimmen om al Uw creatieve ideeën,  
bijvoorbeeld voor een modern opgezette "Leer-  
gang" of een eigentijdse lezingencyclus, bij  
Uw bestuur te deponeren.

*Kopie van...*

*Kopie van dat volgende blad wel van 15 november af  
bij het redactiebureau  
Stukje van redactiebureau  
+ herijzen News letter  
vrijwillig*

*43 letters  
27 regels*

De NWIP in beweging, Waarheen?

~~September 1984. Ons "Mededelingenblad" op nieuw  
zelfstandig.~~

De Nederlandse Werkgemeenschap voor Individual  
Psychologie - tijdens een algemene ver-  
gadering te Amsterdam, in Amsterdam gevestigd,  
en daar op 26 Januari 1947 voor een notaris  
gepasseerd - is even uit haar "evenwicht",  
na de verbroken LATrelatie met de STIP.

*Toen*

(Stichting toepassing Individualpsychologie).  
Een beetje droef, dat wel, want nog zelfs op  
20 februari 1982 ... Ach ja, zo gaat dat...

kwamen 26 mensen uit geheel Nederland, en  
daarbuiten, in Utrecht bij elkaar om te den-  
ken ...; en vooral te spreken!

"Er was", zeiden wij allen, "een enorme be-  
hoefte aan nieuwe sympathisanten rond de toen-  
malige 350 STIP-leden, die niets behoeften te  
leren, ~~na~~ de nog steeds ongeveer 150 NWIP-  
leden, die wèl (eenmaal) "voldoende kennis  
en inzicht" hadden getoond na een cursus van  
twee jaar. "En wat wilden we <sup>daarmede</sup> daarmede voor  
onzelf en wat voor anderen"? Er was immers  
jaarlijks een grote wegloop. Gesproken werd  
o.a. over de behoefte aan een goede voorlich-  
tingsbrochure. Eenvoudig van opzet. Direct.  
En gericht op een meer vrijblijvende belang-

stelling voor het denken van Adler. Geen elitair gedoe! En niet meer de "verplichting" vóóraf van een studiepakket. "De mensen van nu", vertelden wij elkander, "zijn wat meer huiverig voor een 'sturen' dan vroeger.

Bovendien is het fout om 'boven' een ander te willen zitten en 'les' te geven. En het zijn ook niet de verstandige antwoorden die nodig zijn", vonden we, "maar de gevoelige!".

Het bleek niet zo te werken.

De ooit mogelijk komende nieuwe leden van de Werkgemeenschap voor Individualpsychologie, zullen ècht iets moeten doen. Een vereniging als de onze, kan - gezien de statuten - daar ook simpelweg niet onderuit.

Het doel van de Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie is immers:

→ "de bestudering", de uitbouw en de verbreding en toepassing van de Individualpsychologie (de psychologie van Prof. Dr. Alfred Adler); alsmede de bestudering van verwante stromingen".

9 Een "reeds eigen verantwoordelijkheid in ieders natuurlijk en spontaan individualpsychologisch reageren, denken en beleven", alvorens men zelfs maar één cursus had doorstaan gaf - naar b buiten toe althans - geen blijvend resultaat.

Kennis zonder weten is niet overdraagbaar, en

gezien, en als één van de grondleggers van de sociale psychiatrie.

Met de naam Individualpsychologie stelt hij, aldus vrij naar Prof. Dr. G. Brillenburg Wurth (Chr. Encyclopedie, J.H. Kok, Kampen, 1956), "dat het onvermijdelijk is eerst een onderzoek te doen naar de tussenmenselijke relaties, zoals die waar zijn voor de te onderzoeken persoon, alvorens men iemands karakter (met daarachter de individuele d.i.: ondeelbare persoonlijkheid) zien kan en plaatsen, en dus mogelijk ook psychologisch kan begrijpen."

In de Individualpsychologische "Leergang" Nieuwe Stijl komen toch de IP-grondbegrippen weer centraal te staan:

het machtsstreven, gevoelens van 'superioriteit' en zelfverwerkelijking, sociale integratie <sup>in relaties</sup> alsmede: levensstijl, gevoelens van eigenwaarde, het minderwaardigheidsgevoel, moed, bemoediging en ontmoediging, en het vrijwel alles dragende gemeenschapsgevoel. Hoe dit alles eruit zal moeten zien (~~hoe ontwerp je bijvoorbeeld een correctietoets als de lessen schriftelijk gegeven gaan worden?~~), staat nog niet vast. Het bestuur bestudeert nog.... met het overbekende, gevleugelde <sup>zin</sup> woord van



Weet u nog hoe het was ?

# LEERGANG <sup>1951</sup> INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Voor hen die voor hun werkzaamheid op

Paedagogisch, Sociaal of Psychotherapeutisch gebied

het belang voelen van een gedegen Individualpsychologische scholing geeft de

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie

## EEN 2-JARIGE CURSUS TE AMSTERDAM

in één der leslokalen in het Centraal-Station.

Zaterdagmiddag 14-17 - Aanvang 10 September.

Naast theorie in de eerste plaats persoonlijke vorming welke de grondslag legt tot het

begrijpen en oplossen van conflicten en moeilijkheden  
in de omgang met kinderen en volwassenen.

Toelatingseisen : M.O., V.H.O., Acte L.O. of gelijkstaande ontwikkeling. Kosten f 75.— per jaar.

Bij voldoende belangstelling bestaat de mogelijkheid van een gespecialiseerde cursus voor Onderwijzers, evenals voor Artsen.

Volledige inlichtingen en programma door het secretariaat :  
Gerrit van der Veenstraat 51<sup>hoven</sup> - Amsterdam-Z.

De namen ~~van~~ de lessen ~~is~~

en dat steeds weêr herhaalde motief:

"Waarom handelt de mens, en het kind, zoals zij of hij dat doet? Wat dringt achter ons willen".

lung und Verbreitung der von Alfred Adler zu Beginn dieses Jahrhunderts zusammen mit Sigmund Freud und C.G. Jung begründeten tiefenpsychologischen Theorie und ihre Anwendung in psychologischer Beratung und analytischer Psychotherapie."

Voortzetting (2).

Gerard's vragen, met dat stukje duitse tekst, geven ons mogelijk een vaste omlijsting van wat toch in Nederland misschien kan, aan wetenschappelijk NWIP-'begrip', indien hier overdraagbaar.

Voortzetting (3).

"Op de bijna allerbelangrijkste vraag in het leven van elk mens (en elk kind): 'Hoe kan de mens, wat de mens in aanleg is gegeven, het allerbest ontwikkelen?' heeft het individualpsychologische denken een vrij duidelijk antwoord. Want Adler's inzicht in wat medemenselijk is voor elk mens, sluit daar blijvend zeer nauw op aan.

De Individualpsychologie ziet ~~namelijk~~ - en dat vanuit het reeds zéér jongkinderlijk beleven - de mens als een doelstrevend wezen. Het kind (en dus ook later de volwassene) vormt zich immers al vrijwel direkt na de

~~Peter~~", uw redakteur nogmaals, "voelt voor een schriftelijke cursus en heeft daar al enige ideeën over". Wat klopt. Ook wordt gedacht aan NWIP workshops in Amsterdam, Utrecht en elders. Lezingen en opleidingen zouden weer gehouden kunnen worden, ~~in het Centraal Station Amsterdam, net als vroeger dus.~~ Want wat was dat een heerlijke tijd! ~~En we~~ zouden voorts een link moeten leggen naar bekende mensen die geïnteresseerd zijn in de Individualpsychologie.

Gerard, voorzitter NWIP, "noemt m.b.t. de (nieuwe) cursus NWIP drie punten:

- welke kennis is noodzakelijk om jezelf I.P.er te mogen noemen ?
- welk kader hebben wij om deze kennis te onderwijzen ? en
- wat betekent het om I.P.-er te zijn naar werk en naar persoonlijkheid ?".

#### Voortzetting (1) NWIP:

Het Alfred Adler Instituut te Düsseldorf, geeft ons misschien (3) een ruime 'werkvloer' onder het kopje:

"Ziele des Instituts" (gelezen in die Veranstaltungskalender für 1984/85):

"Entsprechend der Satzung sind die Ziele des Instituts die wissenschaftliche Weiterentwick-

#### De namen:

H.W. Arendsen Hein; G.H. van Asperen; Chr. Bielle; H. Boon-Schilling; V. Colland; R.L. Cornelissen; J.A. Delhez; L.C. van Dijk; S.E. van Emde; H. Gans-van Weerden; T. Kievit; M. Levy; A.H. van Lith de Jeude; F.W.J. Marx; A. Müller; W.M. Nijkamp; W. Oesterreicher; F. R. Plukker; G. Polak-de Meyer; J.N. Pijnaker; H. de Ranitz; S. Reiss; L.M.C. Richard-Stuurman; P.H. Ronge; F.H. Sachs; H.W. von Sassen; H.H. Slegtkamp; T. Soenito-Heyligers; M.A. Spaander-Duyvis; T. Veer-Ronner; G.B.G. Vermey; L.P.H.J. de Vink; J. Vinkenborg; B. van Vollenhoven-Alt; G. Voorthuyzen; S.J. de Vries; A. Vrolijk; B. van Walsem-Kaplan; S. Wiegersma; P. Windels en G.H. Winter-de Graaff.

#### en de cursussen

(soms enigszins overlappend, maar toch zoveel mogelijk in één lijn gebracht)

#### → Algemene Theorie der Individualpsychologie:

- Grondbegrippen der Individualpsychologie.
- Philosophische grondbegrippen.
- Achtergronden van de Individualpsychologie.
- Freud materialisme en positivisme
- Adler en Jung leer- en sociale psychologie

- Adler's visie op de persoonlijkheid.
- Levenstijdperken van de mens.
- De plaats v.d. Individualpsychologie in deze tijd.
- De Individualpsychologie in het dagelijks leven.
- Individualpsychologie en andere diepte-psychologische stromingen.
- Individualpsychologische benadering van afwijkend gedrag.
- Algemene richtlijnen in de Ind. psychologische behandeling.
- Ontwikkelingen en grondbegrippen der algemene psychologie.
- Begrippen en problemen der Algemene psychologie.
- Individualpsychologie van theorie naar praktijk.
- Psycho-analyse en Individualpsychologie.
- Individualpsychologische neurosenleer.
- Voorbeelden uit de praktijk met volwassenen.
- Enige aan de Individualpsychologie verwante stromingen in de huidige psychiatrie en psychologie.
- Maatschappijkritiek en Individualpsychologie.
- Verwante stromingen in de psychologie na Adler.

'das Nummer eins' van de Individualpsychologie:

"DER MUT ZUR UNVOLLKOMMENHEIT"

Want psychisch evenwicht blijkt voor ~~semmi-~~<sup>menigen</sup> ~~gen~~ dan wel 'een wankel bezit' tijdens die reis over bergen en door dalen. Het spoort ~~sommigen~~ toch maar lekker fiks ~~adleriaans~~ <sup>aan</sup>. Onderweg. ~~En dat~~ met al die soorten moed en hele en halve neuroses, waarover men nooit te véél kan horen. Van Gerard hierover dus meer op 24 november a.s., Krasnapolsky, Amsterdam, aanvang 15.00 uur.

Voortzetting Werkgemeenschap NWIP.

Op de jaarlijkse ledenvergadering 1983, <sup>vanwege</sup> deze ~~keer~~ <sup>het met een nieuw programma door de post- & nu stak</sup> verlaat tot 28 Januari 1984, waren er zoveel positieve reacties ten aanzien van het voortbestaan van de NWIP, dat reeds op 25 februari 1984 met een nieuw bestuur kon worden gestart.

"Tal van voortbestaansideeën zijn nu in ontwikkeling", schreef dat nieuwe bestuur vol durf; "er wordt zelfs al gedacht aan een nieuwe cursus Individualpsychologie".

"Omdat de oude cursus niet meer aanslaat", <sup>alderher</sup> leest Uw redakteur in het verslag van de (bestuurs) vergadering op 24 juli j.l.) "zal er een geheel nieuwe cursus moeten worden opgezet.



Psychologisch Dienstencentrum (PCD), te Amsterdam. De heer De Bruyn bespreekt dan ~~de~~ <sup>naar de hand van de spreker</sup> hoe ~~opdraks~~ <sup>opdraks</sup> een grote verscheidenheid van boeken over de vraag: "Hoe kinderen groot te brengen" steeds meer opvoeders het moeilijk vinden om harmonisch met hun kinderen om te gaan. <sup>Vooral ook ~~vanwege~~ <sup>onder invloed van</sup> de verscheidenheid van meningen over de best antwoord op de vraag; Hoe l.h. geroep te brengen.</sup> "En dat" terwijl toch de opvoeders zo veel aan hun kant hebben". <sup>notant</sup> De heer De Bruyn ~~notant~~ op ~~27 oktober~~ <sup>op 27 oktober</sup> treffend ~~ter zake~~ "Het vijfde gebod uit Exodus 20 : 12, "Eert Uw vader en Uw moeder. ~~opdat~~";

Dr. Spock; Gordon; de leerkrachten; sociale werk(st)ers; psychologen en de kinder- en/of vertrouwensarts. <sup>binnen de opvoeding</sup> ~~Over dit~~ <sup>zijn</sup> spanningsveld", zo deelde in de korte beschrijving van de lezing op 27 oktober de heer De Bruyn vooraf ons mede: "waarover hebben de Individualpsychologen zo hun gedachten hebben". En enkele van die gedachten wil de spreker dan met ons delen op 27 oktober a.s. in Krasnapolsky, Amsterdam, aanvang 15.00 uur.

Op zaterdag 24 november a.s., de ledenvergadering 1984, spreekt traditiegetrouw de voorzitter van de NWIP de jaarlijkse hoofdrede uit. Gerard (de heer G. Kulker, voorzitter) bespreekt dan - nederlandstalig -

Psychologie als Wetenschap van het menselijk gedrag.

- Menselijk gedrag in groepen.
- Maatschappij, school, gezin, opvoeding.
- Ontwikkelingspsychologie van man en vrouw.
- De mens als sociaal wezen.
- De mens als somato-psychische eenheid.
- Verband tussen geestelijke en lichamelijke verschijnselen.
- De mens en zijn beroep.
- Vrouw-zijn, opgaaf en probleem.
- Psychologie van het huwelijksleven.
- De betekenis van conflicten in het menselijk gedrag.
- Dromen en herinneringen.
- Omgaan met conflicten in menselijke relaties
- Moeilijkheden van volwassenen.
- Karakterfouten bij volwassenen.
- Levensstijl en levensplan.
- Ontwikkelingspsychologie in de ouderdom.
- Relatie tussen psychische, sociale en lichamelijke verschijnselen.

Begrippen en problemen der Algemene Psychologie

- Ontwikkeling en grondslagen der psychologie.
- Dieptepsychologie.
- Kinderpsychologie (literatuur).

- Ontwikkelingspsychologie van baby tot adolescent.
- De eerste zeven levensjaren.
- Overgangsfases van het kind.
- Kleuterproblemen en kleuteropvoeding.
- Psychologie van schoolkind en puber.
- Ontwikkeling van het karakter.
- Jeugdherinneringen en dagdromen.
- Vormen van moeilijkheden in de opvoeding.
- Karakterfouten bij kinderen.
- Behandeling van probleemkinderen.
- Voorbeelden uit de praktijk met kinderen.
- Individualpsychologische opvoeding.
- Philosophische anthropologie.
- Algemene gedragsleer en dieptepsychologie.
- Algemene karakterkunde en typologie.
- Praktische gespreksmethoden.
- Onderzoek- en vragenschema.
- Training in diverse gespreks- en discussiemethoden.
- Individualpsychologisch consultatiebureau.
- Orgaanminderwaardigheid.
- Modellen van gespreksvoering en praktische oefeningen.
- Speciale techniek der behandeling.
- Deutungstechniek.
- Psychosomatiek - Interpretatie.

*wel* (Deze wet treedt op 1 augustus 1985 in werking.)

*Adler* ~~De twee op 6 oktober door de heer Van Eldert te bespreken projecten zijn~~ *stafte in 1979 en 1982*

~~1) een Adler Dreikursaanse wijze van omgaan met kinderen, begonnen in 1979~~

~~2) begonnen in 1982 geïndividualiseerd onderwijs in de zin van Adler.~~

*Hier betreft hier scholen waarin dit is Individualpsychologie toegepast wordt*

*De scholieren* ~~op kleine onderwijsgroepen, gesloten door~~ *leren in hun een eigen tempo en niveau.*

In 1933 verschenen onder de titel: "De psychologie van het Individuele op School en in het Gezin" (Bijleveld-Utrecht), een serie lezingen van Alfred Adler rond het thema: "Levensproblemen zijn van sociale aard".

Deze hoogst interessante serie vangt na de inleiding: "De voorbereiding in het gezin", aan met: "De school als maatschappelijk instituut". Voor zover in overeenstemming met de lezing van de heer Van Eldert, ~~op 6 oktober~~ komen wij hier natuurlijk graag op terug.

Belangrijk, zeker ook in het hierboven geschetste verband, is de lezing op 27 oktober a.s. "Kinderen ... een Uitdaging",

*door* de ons zo welbekende heer (~~Ton~~) A. de Bruyn, lid van de NWIP en werkzaam bij het

Het in kleine kring wereldberoemde boek: Rivers of Life, or Sources and Streams of the Faiths of Man in all Lands; showing the EVOLUTIONS OF FAITHS (vanaf rond 10.000 v.C.) from the rudest Symbolisms to the latest Developments (1883 !), by Major-General J.G.R. Forlong, F.R.G.S., F.R.S.E., M.A.J., A.I.C.E., F.R.H.S., F.R.A., Socy. etc., etc. een uitgave van Bernard Quaritch, London 1883; geeft aan, hoezeer het huidig 'gewaarmerkt' economisch/politiek en psychisch/spiritueel niveau, anno 1984, in feite gelijkwaardig lijkt aan die geschriften 'in het zotte', rond 1300-1400, in dat toenmalig Nederlands. Maar toch !

Belangrijk is immers dat (in Nederland althans) de vragen a t/m c mógen worden gesteld. En dat over de eerste vraag: "is de mens een object ter controle" kán worden gesproken na bijvoorbeeld zo'n lezing als op 6 oktober a.s., ~~wanneer~~ de heer G.A. van Eldert, directeur Schooladviesdienst Leeuwarden, <sup>die 3 maal</sup> ~~zijn voordracht geeft~~ over:

#### INDIVIDUELE PSYCHOLOGIE IN DE SCHOOL,

een verslag van twee 3-jarige ontwikkelingsprojecten in het kader van de nieuwe Wet op het Basisonderwijs.

#### Algemene Psychopathologie.

- Methoden van onderzoek.
- Ontwikkeling van de psycho-analyse.
- Konfrontatie, analyse en synthese in de psychotherapie.
- Therapeutische behandeling van storend gedrag.
- Verwante stromingen in de moderne psychotherapie.
- Pathologische reactievormen.
- Groepstherapie.
- Somato-psychische mechanismen.
- Sociotherapie.
- Creatieve therapie in het psychiatrisch ziekenhuis.

#### Samenvattend:

Er is goed en hard gewerkt door cursisten en leerkrachten. Vele interessante samenhangen zijn besproken. En vaak zal hier en daar een plotseling inzicht - zomaar ineens - <sup>hulp hebbe gevende</sup> ~~van~~ een <sup>9</sup> ~~probleem een situatie hebben kunnen maken.~~ <sup>by in</sup> Maar <sup>in onze samenleving</sup> ~~er~~ zijn de laatste jaren ~~ook~~ veel nieuwe problemen ontstaan. Problemen die ~~slechts~~ <sup>in individuele</sup> voorkomen waar te veel mensen te veel ~~vrijheid~~ wilden - en dat ook kregen - zonder te ~~kunnen~~ beseffen, dat juist echte vrijheid blijvend om de ~~allerhoogste~~ training vraagt;

*een zekere mate van gemeenschapsgevoel*  
d.w.z. om ~~meesteloze discipline.~~

De Werkgemeenschap voor Individual Psychologie  
*en ook moeten trachten om te werken in lijn op*  
kan ~~meewerken om voor~~ deze nieuwe problemen  
*andere* nieuwe antwoorden te vinden.

*AGENDA*

STIP AKTIVITEITEN NAJAAR 1984.

*Pfaut  
Acht in 2*  
11 t/m 16 november: "Sociale Leerweek" o.l.v.  
Ton de Bruijn.

~~De STIP en het PDC (Psychologisch Diensten  
Centrum, Amsterdam) organiseren Een week voor  
menselijke bewustwording en groei naar steeds  
meer heelheid. Als individu, als partner, als  
vriend, medewerker of lid van de gemeenschap.  
Deze week is bedoeld voor al diegenen, die  
geïnteresseerd zijn in bewustwording en groei  
voor zichzelf en voor anderen.~~

~~Van de deelnemers wordt verwacht, dat ze be-  
reid zijn verantwoordelijkheid te nemen voor  
het eigen proces.~~

~~Plaats: het gastenverblijf "Mariënkroon",  
Abdijlaan 8 te Nieuwkuijk, en we beginnen  
onze reis op zondag 11 November te 20.00 u.  
en besluiten op vrijdag 16 November om 16.00 u.  
Door intensief met elkaar op te trekken kun-  
nen we veel van onszelf leren, en daardoor  
ook de ander beter begrijpen.~~

~~Op onze ontdekkingsreis maken we gebruik van  
verschillende hulpmiddelen: muziek/beweging/~~

je iets "ongemakkelijks" hebt afgemaakt.  
Verwacht geen onmiddellijk resultaat van  
je persoonlijke strijd tegen uitstel, maar  
onthoud dat iedere stap je dichterbij brengt  
bij je doel:

jezelf te bevrijden van de gewoonte dingen  
voor je uit te schuiven. Dus: "Stel niet uit  
tot morgen wat je vandaag kunt (moet) doen".  
Pas vandaag het geleerde uit de therapie toe.  
(tot zover "Weer - Klank", no.23).

Voortzetting Werkgemeenschap.

*II*  
Zaterdag 6 oktober 1984, 15.00 uur in  
Krasnapolsky te Amsterdam:  
de vernieuwde (?) NWIP wordt openbaar.

Vernieuwd ? IS DE MENS . . . .

- Ander*
- (a) een object dat 'gecontroleerd' moet worden? ;
  - (b) een 'kortlevend' subjekt op een wereld van tenminste (wetenschappelijk gezien), reeds zo'n 4.600.000.000 jaren oud? ; of
  - (c) 'iets wezenlijks' VAN OOK BUITEN RUIJTE EN TIJD, dat soms - na reanimatie - met de bekende tunnelverhalen van onaantastbare waarden getuigt ?

9 Vragen zonder antwoord voor mensen zonder trouw; intellectuele trouw. Maar toch !

deze: "Morgen heb ik nog tijd genoeg".  
Daarna wordt de deelnemers gevraagd of ze die excuses herkennen als uitvluchten en bereid zijn de consequenties daarvan te aanvaarden. Maar beseffen hoe je gewend bent de dingen uit te stellen is nog maar het begin. De vraag is: hoe je de kloof overbrugt tussen overwegen iets te doen en er ECHT aan te beginnen.

Hier zijn vijf tips om op gang te komen:

1. Concretiseer je doelstellingen. Vaak praat je in zeer algemene termen over je werk, je taken, enz.
2. Erken dat wat je wil doen niet volmaakt hoeft te worden gedaan; het moet alleen maar worden GEDAAN.
3. Pas de zwitserse kaasmethode van de adviseur Lakein eens toe. Hij raadt aan niet meteen het gehele projekt aan te pakken maar er "gaatjes in te prikken" door telkens als je tijd over hebt (de verloren uurtjes) vast een deel van je taak te doen. Zo kom je eerder op gang en je ontdekt dat je in een half uur heel wat kunt doen.
4. Als je op gang bent, breng je energie dan eens op iets anders over. Wissel de dingen af en blijf niet fanatiek bezig met één ding. Beloon jezelf met iets prettigs als

~~gesprek/spel/ontspanningsoefeningen/schilderen/rollenspel etc. Alle eventueel te gebruiken "technieken" zijn steeds gebaseerd op individualpsychologische uitgangspunten. Het is goed voor de verschillende activiteiten te denken aan:~~

- notitie materiaal en
- ~~gemakkelijk zittende kleding.~~ Inlichtingen en opgaven bij het secretariaat van de STIP te Vlaardingen.

20 oktober 1984: "Leerdag" o.l.v. Frans Wertwijn, psycholoog te Soest.

~~Thema: positief taalgebruik. Na een korte inleiding zullen we met elkaar "bezig zijn" rond dit thema.~~

~~Plaats: dorpshuis "De Borg", Willaertstr.49 te Soest. Duur: 10.30 u. - 16.30 u.~~

~~Inlichtingen en opgaven bij het secretariaat van de STIP te Vlaardingen.~~

~~Er zijn nog plannen om een IP-familiedag te organiseren, bijv. met een "Family-counseling" en we zijn in bespreking met Martine Michielssen om een leerdag te doen. U kunt aangeven waar Uw belangstelling en wensen naar uitgaan.~~

~~STIP neemt uits de regio's.~~

Er gebeurt ook iets in de regio's!

~~'s-Hertogenbosch/Margriet Ebbing:~~

*Er zal*

Hier zal een groep starten met ouders van gehandicapte kinderen, <sup>die qua praxis over de opvoeding</sup> leidraad is het boek "Kinderen dagen ons uit". Zij zegt: "Veel ouders denken, dat deze kinderen 'anders' moeten worden aangepakt". Margriet, zelf moeder van een gehandicapte zoon, heeft een andere ervaring, die zij graag wil delen.

*by Margriet E. Ras tel:*  
Een ieder die mee wil doen, of inlichtingen wil, kan haar bellen: 073 - 416189.

Veldhoven/ Jos en Corry Ras:

Na 7 weken vakantie start hier weer een (bestaande) zelfopvoedingsgroep. Zij werken met een "vertaling" van het boek "Wege zur inneren Freiheit". De groep rouleert. Voor deelname en/of inlichtingen kunt U bellen <sup>naar</sup>

*Josaly Ras tel:*  
040 - 531350. *Josaly*

Vlaardingen/Wil Haak:

Op 19 September start er 1 x per 14 dagen op woensdag een oudergespreksgroep. In de week van 24 september zal gestart worden met een groep: werken aan (je) relatie(s). Deze groep komt 1 x per week bij elkaar gedurende 10 avonden en het doel is: (in)zicht krijgen in het eigen functioneren ... We werken met maximaal 10 deelnemers en er wordt een vergeving gevraagd voor de cussussen. Voor

het laatste moment voor te bereiden. Is het niet goed, dan kan hij altijd zeggen: "Als ik maar één week extra eraan had kunnen besteden, was het beter geworden". Zo wordt de illusie van de jonge advocaat dat hij volmaakt is nooit op de proef gesteld. "Als ik maar meer tijd had gehad voor de therapie, voor de oefeningen, voor de opdrachten, enz., enz. dan zou mijn spreken nu veel beter zijn". Zo wordt jouw goede spreken nooit op de proef gesteld. Herken je jezelf? "Degenen die geneigd zijn 'ongemak' uit de weg te gaan", zegt Knaus, "stellen uit omdat ze bang zijn voor het nerveuze en onbehaaglijke gevoel dat zij associëren met het beginnen aan een taak". Bijna alles in het leven brengt wel spanningen en teleurstellingen mee, zodat degenen die 'ongemak' vermijden chronische ontwijkers zijn".  
Uitstellers zijn vaak goed in zelfbedrog. Tijdens de eerste bijeenkomst van hun werkcollege uitstelgedrag verzoeken Yuan en Burka de deelnemers een lijst te maken van de excuses die ze gebruiken om iets uit te stellen. De één zegt: "ik heb zo hard gewerkt dat ik er best even tussen uit mag". De ander zegt: "ik begin als ik inspiratie krijg". Het alleroudste excuus wat veel gebruikt wordt is

als een ingewikkeld "psychologisch" probleem dat zelden met simpele middelen genezen kan worden. De eerste stap is uitzoeken 'hoe' en 'waarom' je steeds bepaalde dingen blijft uitstellen. Want jouw redenen om niet op techniek te spreken of die oefeningen of die opdracht niet te doen lijken volkomen logisch. Maar als je je "excuses" die je gebruikt goed bekijkt, kom je misschien tot de ontdekking dat ze toch minder rationeel zijn dan je dacht.

De "leugentjes" die je jezelf vertelt komen eigenlijk voort uit innerlijke verwarring van tweeërlei soort: (a) gebrek aan zelfvertrouwen, en (b) het ontwijken van ongemak. Knaus zegt hierover: "Mensen die gewoon zijn om dingen uit te stellen, hebben een gevoel van tekortschieten dat tot een verlamme faalangst leidt. Ze zijn bang dat het slecht zal uitpakken, dus stellen zij het uit, en stellen uit, enz, enz.". Twijfel aan eigen kunnen bereikt de hoogste graad bij perfectionisten die zichzelf zulke hoge normen hebben gesteld, dat ze niets meer durven doen. Neem als voorbeeld die jonge advocaat die, uit angst dat hij na zijn schitterende studieresultaten zijn beloften niet waar zal maken, zich aanwend om zijn pleidooi pas op

deelname en/of inlichtingen kunt U Wil bellen: 010 - 741427. *Wil Hank*

Rijswijk/Gerda Fierst-v.Wijnandsbergen en  
Jaan van Riesen:

Eind september zullen hier weer oudergespreksgroepen gaan draaien. ~~Op de woensdag en donderdagavond 1 x per 14 dagen, roulerend bij de deelnemers thuis.~~ U kunt Gerda bellen voor deelname en/of inlichtingen: 070 - 940230.

Wytgaard (Fr)./Teake Jan Roordaskealle/  
Froukje Dijkstra:

Half September starten ze ook hier weer met een groep ouders, binnen de school. Het ~~thema wordt bepaald aan de hand van een gehouden~~ enquête. Deze school werkt volgens de IP-principes. Voor alle inlichtingen kunt U Froukje *Dijkstra* bellen 05105 - 1792.

Almere/Tineke Agterhorst:

Bij voldoende belangstelling wil ook Tineke *Agterhorst* weer een groep doen. Tel.: 03240 - 13530.  
(tot zover "STIP" activiteiten, najaar 1984).

Cursus "PERSOONLIJKHEIDSGROEI EN FAALANGST",

~~Eveneens zeer interessant (binnen het streven naar een voor het voortbestaan van de NWIP statutair zo onmisbare opleiding), is Deze~~

*Jets van Bavel?*

cursus ~~die~~ wordt gegeven door Roel Glastra, stottertherapeut, tevens directeur Buro Voorlichting en Begeleiding van Stotteraars. <sup>Er</sup> is een mededelingenblad van de B.V.B.S. genaamd: "Weer - Klank". Alle inlichtingen: het sekretariaat B.V.B.S.; tel.: 010 - 194768. De opleiding vindt plaats op Roel's huisadres in therapiegroepjes van maximaal 6 - 7 personen. Ter onderstreping van Roel's inderdaad zeer werkzame cursus, nu ook Roel zèlf aan 't woord (~~zoals~~ overgenomen uit het Mededelingenblad "Weer - Klank", augustus/september 1984, no 23), ~~Roel~~

"In het maandblad "Het Beste" staan vaak leerzame artikelen. Eén zo'n artikel wil ik (Roel) nu weergeven met een kleine variatie van mijn kant.

"Hoe U nu kunt doen wat U anders uitstelt".  
(Stefan Bechtel).

Het toepassen van je spreektechnieken in de praktijk begint er uit te zien of het er nooit van komt. Natuurlijk wil je het graag, maar het idee om er nu mee te beginnen ... Hindert niet, morgen heb ik er misschien meer tijd voor. Maar als het morgen wordt, heb je allerlei andere dingen te doen, dus dat spreken op technieken, die oefeningen, moeten

maar even wachten. Weken, misschien maanden later, moet je er nog steeds aan beginnen. En dat geldt soms voor heel veel dingen in je leven. Die neiging om de dingen voor ons uit te schuiven kennen we allemaal. Iedereen stelt dingen uit, vooral als ze onprettig of lastig of angstaanjagend zijn. In onze welwillende ogenblikken zien we dat als een onbelangrijke en onschadelijke menselijke zwakheid. Maar als dat uitstellen ons belet de dingen in ons leven die we werkelijk willen, bijvoorbeeld "goed spreken", te bereiken, wordt het wat minder onschadelijk. "De gewoonte van het uitstellen kan een mens jaren van zijn leven kosten", zegt de Amerikaanse psycholoog William J. Knaus. "Het vreet aan de energie en de emoties, en het vreet tijd. Erger nog, de angst en de twijfel vreet aan jezelf en het ontwijken van "onaangenaamheden", allemaal kenmerken voor het gedragspatroon, kunnen leiden tot alcoholisme, nervositeit (stotteren) en depressies".

Is dat niet wat erg overdreven? Is uitstellen niet gewoon slordig omgaan met je tijd of gewoon luiheid?

De psychologen Yuan en Burka zien uitstellen