



aktiviteiten

Zie ook pagina 111 en 112

- 9 en 10 oktober
 Een weekeind speciaal voor begeleid(st)ers van (ouder)GESPREKS-
 GROEPEN, o.l.v. Ton de Bruijn.
 Plaats: MORNENROOD in Oisterwijk. Max. aantal deelnemers = 10 ;
 Zelfverzorging. Voor opgave en inlichtingen ná betalen: 023-287605
- 23 oktober
 N.W.I.P.-lezing in Hotel Krasnapolsky, Warmoesstraat Amsterdam
 Aanvang 15.00 uur. Voor het onderwerp kunt u bellen 020-794363
- 30 en 31 oktober
 Organiseert de STIP-regio ERMELO een 'special' voor (echt)PAREN,
 o.l.v. Toni en Theo Schoemaker. (Minimum deelname 10 (echt)paren):
 Plaats: Ermelo, Kosten f 320,- per paar.
 Inlichtingen en opgaven bij het contactadres-Ermelo,
 telefoon 03417-54539
- 12 november
 Op vrijdagavond een lezing door Ton de Bruijn over het onderwerp:
 WAT IS I.P., EN HOE KAN IK HET ZELF TOEPASSEN ?! Een heel uitgebreid
 onderwerp dus, waar iedereen heel wat nuttige informatie kan krijgen
 omtrent de individualpsychologie. Plaats: DE HOOGKAMER, VLAARDINGEN.
 Kosten: f 5,- p.p., *aanstaand is er dan op*
- 13 en 14 november
 Een long weekeind o.l.v. Ton de Bruijn. "Long", jawel, we starten
 zaterdag om 10.00 uur en eindigen zondag om 17.00 uur.
 Een weekeind waar veel al lang naar hebben uitgekeken. Er zal
 geschiederd worden en vt. ook bewegingsoefeningen gedaan worden.
 ER KUNNEN SLECHTS 20 PERSONEN aan dit weekeind deelnemen. Haast u
 dus met opgeven !!!
 De plaats is eveneens DE HOOGKAMER, v. Baerlestraat 252, VLAARDINGEN
 De prijs is nog niet definitief vastgesteld, de overnachting kost
 f 15.30 + lakenhuur (verplicht) van f 6,-. De maaltijden verzorgen
 we zelf. Deze die venals de kosten voor Ton, ter plaatse te
 worden verrekend. Prijzen kopje in de buurt van f 55,- p.p.
 Bij voldoende bel ling wordt er voor kinderopvang gezorgd.
 Gemakelijke klee- voorke astrologer 1.v.m. bewegen.
 Opgave: d.m.v. storting van f 15,- p.p. op giro 3101100 t.n.v. STIP
 VLAARDINGEN met vermelding van weekeind-Vlaardingen. Int. 010-747422
 Zij die niet willen overnachten, moeten wel de overnachtingsprijs
 betalen !!!
- EVENRENS OP
 13 en 14 november
 Een weekeind e dewijn Arker en Frans Wertwijn. Aangezien
 we de laatste ta nze BELGISCHE vrienden nogal wat verzoeken
 kregen, haben bekeind erg zuidelijk geplaatst. Met opzet
 dus. VOOR JUI. !!! En alle ANDEREN die Bondewijn en Frans
 al hebben jaren van. Thema van het weekeind:
 MENSEN MAKEN MENSEN. Geven elkaar de vrijheid om echt mens te zijn
 Plaats: WILHELMINIE HET BEMERK. Advaan zaterdag f 15.30 p.p., óók
 prijs. Ook hier nog niet definitief. Overnachting f 15.30 p.p., óók
 met zelfverzorging enz., ter plaatse kosten voldoen ! Zelf voor de
 lakens zorgen; de éérste maaltijd is 's avonds.
 Bij voldoende opgaven wordt ook hier voor kinderopvang gezorgd.
 Opgaven: door storting van f 15,- p.p. op giro 3101100 t.n.v.
 STIP-Vlaardingen met vermelding van weekeind HERLEN, uiterlijk
 23 oktober ! Inlichtingen seks. STIP 023-287605 en regio Limburg
 045-315388)
- 27 november
 N.W.I.P.-ledenvergadering met aansluitend een lezing in Hotel
 Krasnapolsky, Warmoesstraat te Amsterdam. Aanvang vergadering 14.00
 uur, aanvang lezing 15.00 uur. Inlichtingen 020-794363

port betaald
port payé
ARNHEM

Belangrijke mededeling !

A.s. weekeind, 9 en 10 oktober is er een WEEKEIND voor begeleid(st)ers van (ouder)-GESPREKSGROEPEN o.l.v. Ton de Bruijn BEL NU HET STIP-sekretariaat voor opgave en inlichtingen 023-287605

aan:

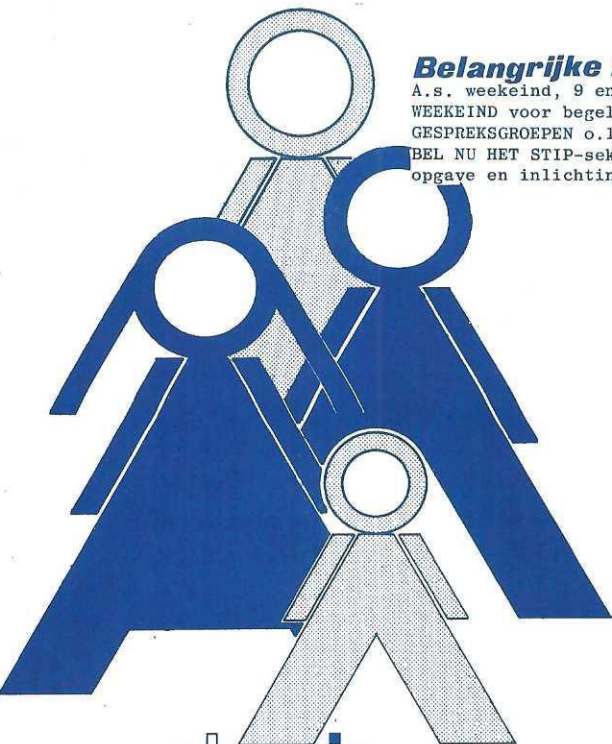
uitgave van
stip & nwip
postbus 16
6930 AA westervoort
nederland

tijdschrift voor

individualpsychologie

4^e jaargang nr. 4 & 5

oktober 1982



mensenkennis
opvoeding
persoonlijke groei

mensenkennis opvoeding persoonlijke groei

Oktober 1982, 4e jaargang nr. 4&5

MENSENKENNIS, OPVOEDING, PERSOONLIJKE GROEI is voortgekomen uit de samenvoeging van de bladen OPVOEDING EN ZELFOPVOEDING (STIP 8e jaargang nr. 4/5) en het MEDEDELINGENBLAD (NWIP 31e j.g.nr. 4/5). Het blad is bestemd voor iedereen die belangstelling heeft voor de leer en de toepassing van de INDIVIDUALPSYCHOLOGIE van ALFRED ADLER. Het blad wordt toegezonden aan de leden van de N.W.I.P. en aan iedereen die d.m.v. een jaarlijkse bijdrage van minimaal f 25,- het werk van de S.T.I.P. mogelijk maakt. Zie voor de doelstellingen en wijze van opgave de achterflap.

ADRESWIJZIGINGEN A.U.B. ZENDEN AAN
S.T.I.P., Postbus 16
6930 AA WESTERVOORT

De Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie (NWIP) en de Stichting voor Toepassing van de Individualpsychologie (STIP) zijn twee aparte onafhankelijke organisaties die beiden de Individualpsychologie in Nederland vertegenwoordigen. Ook in verscheidene andere landen betaan soortgelijke organisaties die worden overkoepeld door de International Association of Individual Psychology.

Adressen van de S.T.I.P. 
Sekretariaat
Organisatie van lezingen/ studie-/
trainingsdagen
HUIZINGALAAN 50, 2105 SL HEEMSTEDE
Telefoon 023-287605
Solveig en Gerlach van Andel

Penningmeester S.T.I.P.
Lemsterlandhoeve 12, 3137 GM VLAARDINGEN
Telefoon 010-741427
Joop Haak
Postgiro 3101100 t.n.v. STIP-Vlaardingen

STIP-Aktiecentrum Vlaardingen
Boekenverkoop West-Nederland
Lemsterlandhoeve 12, 3137 GM VLAARDINGEN
Telefoon 010-741427
Wil Haak (voorzitter STIP)

Voorlichting en Boekenverkoop S.T.I.P.
Sternstraat 16, 3582 TC UTRECHT
Telefoon 030-514102
Marian en Rob Leben

REDAKTIE: namens de NWIP mw. A. Huisman en
mw. L.C.M. Richard-Stuurman en namens de STIP
Adrie van der Horst en Hans Maussen.

Lay-out, samenstelling en administratie
Adrie van der Horst
Ofset: Fa. Kemperman Arnhem/Westervoort
Oplage 625 stuks


Losse nummers f 5,- incl. porto

Het eerstvolgende nummer van dit blad
verschijnt in december 1982. Bijdragen voor
die uitgave kunt u insenden tot 25 november
a.s. naar één van de onderstaande redaktie-
adressen.

Dit tijdschrift verschijnt ong. 6 maal per
jaar. Overname van de artikelen is mogelijk,
maar uitsluitend na voorafgaand overleg met
de redaktie.

REDAKTIEADRESSEN:
namens de S.T.I.P.
Vredenburgstraat 47, 6931 EC WESTERVOORT
Telefoon 08303-2964
Adrie van der Horst

Namens de N.W.I.P.:
Liendenhof 218, 1108 HN AMSTERDAM
Mw. A. Huisman

Adressen van de N.W.I.P. 
Sekretariaat
Cursusleiding
Raphaëlstraat 18', 1077 PT AMSTERDAM
Telefoon 020-794363
Mevr. B.J.M. Strobosch- van Duijne

Penningmeester N.W.I.P.
Laan van Parijs 124, 2034 EJ HAARLEM
Telefoon 023-340088
Hr. P. Hummelen
Postgiro 476400 t.n.v. NWIP-Haarlem

Bibliothekaris NWIP
M. Montessoristraat 13, 1068 PC AMSTERDAM
Telefoon 020-194768
Roel Glastra

tijdschrift voor
individualpsychologie

stip kontakadressen

Gerda Fierst v. Wijnandsbergen
Pr. Ireneplantsoen 19 RIJSWIJK (ZH)
Telefoon 070-940230
Adrie van der Horst
Vredenburgstraat 47 WESTERVOORT
Telefoon 08303-2964
Joop en Wil Haak
Lemsterlandhoeve 12 VLAARDINGEN
Telefoon 010-741427
Corry en Jos Ras
Irenestraat 4 VELDHOVEN
Telefoon 040-531350
Els v.d. Borselaar
Christinastraat 36 BERLICUM
Telefoon 04103-1933
Solveig v. Andel
Huizingalaan 50 HEEMSTEDE
Telefoon 023-287605
Riet Pieters
Twinfluterstraat 9 ERMELO
Telefoon 03417-54599
Barend en Iet Agterhorst
Eedel 17 NIEUWENHAGEN
Telefoon 045-315388

Voor activiteiten in uw buurt, b.v. het
organiseren van praatgroep of-avond, kunt
u contact opnemen met één van hen.


 NEDERLANDSE
WERKGEMEENSCHAP
VOOR
INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

De doelstelling van de NWIP is:

Bestudering en ontwikkeling van
de individualpsychologie van
Alfred Adler.
Bestudering van grensgebieden en
verwante stromingen.
Bevordering van de toepassing van
de individualpsychologie in al
die situaties waarbij menselijke
relaties een rol spelen, zoals
in opvoeding, zelfontplooiing,
partnerschap, psychotherapie,
hulpverlening, leiderschap en
allerlei vormen van hulpverlening.

De NWIP realiseert dit door:

Het organiseren, al sedert 32
jaar, van een avondkursus I.P.
Het organiseren van voordrachten
en studiekringen.
Het samenwerken met verwante
organisaties in nationaal en
internationaal verband.
Het uitgeven van dit blad.

 STICHTING VOOR
TOEPASSING VAN
DE
INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

De doelstelling van de STIP is:

Bekendmaking en verspreiding van
de principes van de individual-
psychologie van Alfred Adler.
Bevordering van de toepassing van
deze principes in opvoeding,
zelfopvoeding, onderwijs en
bedrijfsleven.
Hulp bieden bij de praktische
toepassing van de individual-
psychologie.
De S.T.I.P. richt haar activiteiten
zowel naar beroepskrachten als
naar de geïnteresseerde 'leek'.

De STIP realiseert dit door:

Het adviseren bij het oprichten
van gespreksgroepen van ouders,
opvoeders, leerkrachten en andere
belangstellenden.
Het geven van voorlichting, ook
aan 'leken'.
Het vervaardigen van brochures en
ander voorlichtings- en studiemateri-
aal.
Het organiseren van lezingen,
studiedagen en studieweekenden.
Het vertalen en doen uitgeven van
I.P. boeken en artikelen.
Samenwerken met verwante organi-
saties.
Het uitgeven van dit blad

Anmeldingsformulier



Zenden aan:
Sekretariaat STIP
Huizingalaan 50
2105 SL HEEMSTEDE

*Ik heb belangstelling voor het werk van uw stichting
noteer u mij voor een abonnement op uw blad
Mensenkennis Opvoeding en Persoonlijke groei.
Als begunstiger zal ik een jaarlijkse bijdrage
overmaken van f. op giro nr. 3101100 t.n.v.
S.T.I.P. Arnhem. (Na aanmelding ontvangt u een
acceptatiekaart)

Naam
Adres
P.C. en woonplaats
Telefoon
(Ev. beroep)

*Ik wil daadwerkelijk meehelpen om de doelstelling
van de stichting waar te maken door:

- * deelnemen aan een werkgroep
- * opzetten van een werkgroep en deze begeleiden
- * een inleiding houden
- * helpen met de publiciteit
- * meewerken in de organisatie van de S.T.I.P.
- * typewerk/vertaalwerk/administratief werk doen

*Ik wil inlichtingen over:

*Graag doorhalen wat niet van toepassing is.

INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Het is gebieden dat de visie van de individualpsychologie (IP) op de persoonlijkheid van de mens van groot nut is in de pedagogie, de orthopedagogie, de psychotherapie en alle beroepen waarin intermenselijke relaties belangrijk zijn.

Een korte beschrijving van deze visie volgt hier als eerste kennis-
making.

De IP ziet de mens als een doelstrevend wezen. Het kind vormt zich uit zijn ervaringen en mening over zichzelf, zijn waarde, zijn plaats in de wereld. Op deze basis gaat het zich een orbewust doel stellen dat streven bevat alle superioriteit, zelfverwezenlijking, sociale integratie enz.

Dit zelfgekozen doel gaat dan sterk motiverend werken op het gedrag, op de opbouw van een gedragspatroon, de levenswijze. De mens wordt dus gezien als keuzend, stellingnemend, creatief. In deze sfeer ligt ook de grote belangstelling, die de IP heeft voor begrippen als gevoel van eigenwaarde en minderwaardigheidsgevoel, moed en ontmoediging, gemeenschapszin. Zij zijn immers bouwstenen van de 'mening' en deze is weer de basis van het levensdoel en levenswijze en de levenswijze.

In de naam 'IP' zit het woord 'individu', dat 'onafgeleide eenheid' betekent. Hierin wordt tot uitdrukking gebracht dat de mens als eenheid streeft naar zijn doel. Eigenschappen, vermogens, aan-nemens, lichamelijke uitdagingen en symptomen zijn midde-len, die door de mens worden gebruikt in dienst van het doel-streven.

Naast de sterke motiverende kracht, die via de doelstelling van de mening uitgaat, mag de invloed van de gewoening met over het hoofd worden gezien. Gefixeerde gedragspatronen berusten dus op twee pijlers en kunnen dan ook alleen effectief worden ver-anderd als naast bewustmakende, richtgevendende psychotherapie voldoende aandacht wordt besteed aan training in een nieuwe ge-dragwijze en soort herscholing in de sfeer van gedragingen en gewoonten.

Adler was een van de eersten, die indringend erop heeft gewezen hoezeer alle gedragingen en problemen van mensen zijn verworven in de sociale situatie en niet uitsluitend kunnen worden verklaard als uitvloeisel van individuele eigenschappen.

Hi beschrijft gemeenschapszin als een aangeboren vermogen dat ieder mens als zodanig van nature heeft omdat hij slechts onder mensen kan opgroeien en kultuur verworven. Anderzijds als iets dat meestal verder moet worden ontwikkeld, zodra de ekkelwijze bereid is met anderen rekening te houden aan het functioneren van een groter geheel bij te dragen en mee te werken aan noodzakelijke verandering en verbetering.

Alleen zo is metzwaardig leven in partnerschap, huwelijk, gezin, bereep en samenwerking mogelijk. Gemeenschapszin is dus gave en opgave.

Uit het bovenstaande blijkt dat de IP veel aandacht besteedt aan de vrijheid en de verantwoordelijkheid die de mens, als hij ten-mente niet drupp carabral in gesteld, i a v. zijn eigen lot heeft. De zogenaamde orzakken worden zpoen mogelijke teruggetrokken tot wat ze meestal werkelijke zijn, n i a anleidingen of veranderden die minter dwingend zijn dan ze lijken.

Oudergespreksgroepen

In het hele land gaan, op de bekende adressen, deze maand de oudergespreksgroepen weer van start. (Zie voor adressen de vorige MOPg.)

- In VLAARDINGEN ook één, voor groepsleden die al eens een cursus meegedraaid hebben en de stof nu in de praktijk willen toepassen, één en ander o.l.v. Ton de Bruijn.
- In Brabant en Limburg draaien ZELFOPVOEDINGSGROEPEN.
- In ERMELO loopt nog een LEVENSTIJL-groep.

Inlichtingen wáár en wanneer bij het STIP-sekretariaat (tel. 023-287605) of bij het regioadres bij u in de buurt.

Thema studieweekend HEERLEN



Op 13 en 14 november organiseert de STIP een weekend o.l.v. Boudewijn Anker en Frans Wertwijn. Dit weekend vindt plaats in de "EIKHOLD" te HEERLEN.

Hieronder geeft Boudewijn een korte inleiding over het thema van dit weekend. Verdere inlichtingen en de wijze waarop u zich voor dit weekend kunt aanmelden kunt u lezen op de activiteitenpagina achterop dit tijdschrift.

MENSEN MAKEN MENSEN, geven elkaar de vrijheid om echt mens te zijn

Indien je je familie en vrienden als echte mensen kunt behandelen dan kun je je kritiek, je twijfels, je lief en leed, je pijn en verdriet met hen delen. Doe je dit in wederzijds vertrouwen en vrijheid dan krijg je wellicht plezier in hen, je geeft weer zin aan je bestaan, je leven.

Alle mensen hebben bepaalde aspecten waarvan we op een bepaald moment kunnen genieten, als we van elkaar kunnen aksepteren dat alle facetten van elkaar niet altijd een bron van vreugde zijn, we aan elkaar kunnen overbrengen hoe belangrijk het is van elkaar als mens te genieten dan zal ook dik weekend zijn doel hebben bereikt.

Frans Wertwijn zal zondag de VRIJHEID en ONVRIJHEID in de (EEN) relatie behandelen.

Met vriendelijke groeten,
Boudewijn Anker

Jij en ik, we hebben een relatie met elkaar die ik waardeer en graag zou willen voortzetten. We zijn echter twee verschillende mensen met eigen interesses en het recht om die interesses te bevredigen. Wanneer je er problemen mee hebt, jouw behoeften te bevredigen, wil ik proberen naar je te luisteren en je werkelijk te accepteren, om het gemakkelijker voor je te maken jouw oplossingen zelf te vinden, in plaats van je van de mijne afhankelijk te maken. Ik wil ook proberen jouw recht te respekteren om eigen overtuigingen en eigen waardevoorstellingen te ontwikkelen, hoe verschillend van de mijne ze ook steeds mogen zijn.

Wanneer echter jouw gedrag - en de dingen die ik doen moet om mijn behoeften te bevredigen - elkaar niet verdragen, wil ik jou dat open en eerlijk meedelen. Ik wil je zeggen waarom jouw gedrag me stoort, en er daarbij op vertrouwen dat jij mijn behoeften en gevoelens zult respekteren en zult proberen het gedrag te veranderen dat ik niet accepteren kan. Ik hoop ook dat je het mij open en eerlijk zult zeggen als iets in mijn gedrag voor jou niet aanvaardbaar is, zodat ik proberen kan mijn gedrag te veranderen.

Stellen we vast dat geen van ons zich veranderen kan om aan de behoeften van de ander te voldoen, dan willen we bekennen dat we conflicten hebben. We willen ons ertoe verplichten elk dergelijk conflict op te lossen zonder dat één van ons zijn toevlucht neemt tot macht of autoriteit, om te winnen, terwijl de ander verliest. Ik heb oog voor jouw behoeften, maar ik moet ook op die van mijzelf letten. Daarom willen we ons steeds inspannen om naar een oplossing te zoeken die we allebei accepteren kunnen. Dan zullen jouw behoeften evenals de mijne bevredigd zijn. Op die manier kan jij ook voortaan jouw behoeften bevredigen en je als mens ontwikkelen. Dat geldt ook voor mij.

Zo kunnen we een gezonde relatie onderhouden waarin elk van ons tweeën de kans heeft datgene te worden wat hij zijn kan. En onze verhouding zal voortaan op wederzijdse achting, liefde en vrede berusten.

Thomas Gordon

CREDO VOOR MIJN RELATIES

(vertaald door Arno Brocken)



Als we in de wereld om ons heen rondkijken, dan kunnen we vaststellen dat van de drie grote levensopgaven die Adler formuleerde, n.l.

- 1) arbeid-beroep-studie
- 2) liefde-huwelijk-partnerschap-sexualiteit
- 3) gemeenschap-maatschappij

het huwelijk wel de moeilijkste opgave is.

In onze opvoeding hebben we oefenmogelijkheden om in groepen te werken en ons wordt ook geleerd om zelfstandig te werken. Er zijn echter geen mogelijkheden om teleren hoe men gedurende langere tijd met één partner op enkele vierkante meters samen kan leven.

Samenleven in huwelijk en partnerschap is dat te leren?

door Tony en Theo Schoenaker

Het huwelijk is een werkterrein

In de Verenigde Staten worden per jaar 2 miljoen huwelijken gesloten en 1 miljoen ontbonden. In de Bondsrepubliek Duitsland wordt van elke drie huwelijken er één weer ontbonden. Als men deze aantallen beschouwt dan lijkt het dat weinigen succesvol zijn in hun poging om van hun huwelijk een 'vesting van welzijn' te maken. Men kan daaruit echter niet concluderen dat de toestand van het huwelijk tegenwoordig slechter is dan vroeger. In het verleden werden huwelijken samengehouden door druk van buitenaf, door wetten, door Godsdienst en de openbare mening. Wie een miserabel huwelijk had bleef er deel van uit maken en als het huwelijk oppervlakkig was dan kon men er nu eenmaal niet méér van verwachten. De gezinnen werden bijeen gehouden, brachten kinderen voort en hielden de sociale structuur in stand.

De druk van buitenaf welke de huwelijken vroeger samenhiield is voor het grootste deel weggefallen. Aan de andere kant zijn de verwachtingen die jonge mensen hebben als ze trouwen tegenwoordig veel hoger gesteld dan vroeger. Men trouwt niet meer in de eerste plaats om de boerderij veilig te stellen, om een stamhouder voort te brengen, om geacht en in zekerheid verder te leven, of om voor normaal aangezien te worden. *De verwachting van het huwelijk luidt: "We willen gelukkig zijn!"*

De sprookjes waarmee we zijn opgegroeid hebben ons verteld dat de prins en het keukenmeisje met elkaar trouwden en daarna nog

de kinderjaren, met (b) Adler's gemeenschapsgevoel als een geestelijke gezondheidmeter inzake de sociale betrekkingen met anderen. (Een 'meter' dus met uitslag-mogelijkheden naar neurotische en zelfs psychotische vormen van gedrag.)

- (10) Dr. Kurt Buchinger (Oostenrijk) Het therapeutisch effect van het gezamenlijk 'meervoudige' over-en-weer, in de realiteit van een groeps-therapie.

Peter Lute de Vries

o-o



TOEKOMSTIGE AKTIVITEITEN:

- 15 januari Een lezing door mevr. Lenie Richard-Stuurman over het onderwerp: DE KINDEREN DIE WE WAREN EN DE KINDEREN DIE WE ZIJN

's middags zal Theo Habraken, hoofd van de Regenboog-school te Lelystad, naar aanleiding van bovenstaande een aantal praktijkvoorbeelden belichten onder de titel: SAMEN KINDEREN ZIJN

Aanvang 10.30 uur, nadere inlichtingen in het volg. nummer

- 22 januari Een N.W.I.P.-lezing in Hotel Krasnapolsky te Amsterdam
Aanvang 15.00 uur, opgave onderwerp in een volg. nummer.

- 13 februari Een lezing door Cees Maas (geannuleerde lezing) over: ADLER EN ZIJN BETEKENIS VOOR DE HUMANISTISCHE PSYCHOLOGISCHE SCHOOL, inlichtingen in het volgende nummer.

Verder in voorbereiding:

Een of meerdere avondlezingen vóór- en over het onderwijs door de heer F. Sachs, inspekteur bij het onderwijs in Amsterdam.

Een introductie-weekeind voor 'opvoeders' in het algemeen, onderwijsgeveden in het bijzonder. Ton de Bruijn wil de verzorging voor dit weekeind op zich nemen. Een en ander wordt voorbereid door de 'werkgroep onderwijs'.

- 26 februari en

26 maart N.W.I.P.-lezingen in Hotel Krasnapolsky te Amsterdam.
Aanvang 15.00, onderwerpen nog niet bekend.

'boerse' wijn, muziek en eten) en 'zeer aanwezig' op -de-ontvangst-bij-de-burgemeester-, in het werkelijk prachtige stadhuis. Sociaal gezien konden de Individualpsychologen van de gehele wereld elkaar dus wél bereiken. Waarom dachten zij dan anders?

Hier volgt nog even een (ver)korte indruk aan de hand van de eerste tien uittreksels uit het uittrekselboekje, dat bij de aanvang van het congres werd uitgereikt

- (1) Prof. Dr. Lucy Ackerknecht (USA), vergeleek primitieve leefgroepen met 'veel gem-enschapsgevoel', met het Westerse ziekte- en/of misdaad bevorderende levenspatroon. Haar oplossing: "Wij westerlingen hebben)dus ook) behoefte aan droomtherapieën".
- (2) Ben Agterhorst (Ned), ziet de mens als ondeelbaar én afhankelijk en geeft als zijn behandelings-ideaal: "Aktief luisteren mét veel liefde en een praktische bemoediging".
- (3) Richard Alexander (USA), hoort typische spreek-eigenaardigheden tijdens een psycho-analyse en verwacht "psychisch herstel" door het vrije associëren (van de patiënt) in een sfeer van open samenwerking (met de therapeut).
- (4) Alberto Anglesio e.a. (Italië), ziet een gemeenschappelijk en aanvullend 'vergelijk' tussen de wetenschappelijke neuro-fysiologische gegevens (naar zijn mening: vooralsnog incompleet en van onvoldoende kwaliteit), en de niet-wetenschappelijke 'begrijpende' psychologieën als o.a. Alfred Adlers Individualpsychologie.
- (5) Dr. Robert F. Antoch (BRD), neemt, op grond van de soms 'chronische en fout-vereffende vormen van ontmoediging in de levensstijl' (zoals dat blijkt uit de 'daadkracht' van de onderzochte), stelling tegen het huidige ziektebegrip in de klinische psychologie.
- (6) Dr. Günter Bartl (Oostenrijk), stervensbegeleiding geven (maar óók ontvangen) betekent : psychisch rijper worden, grenzen leren kennen en grenzen leren verdragen.
- (7) Dr. John Bauer (USA), de obsessie van het (te) vaak klaarkomen-als-doel (bij o.a. homoseksuele mannen), kán een zelfbescherming zijn bij onbewuste angsten en emotionele eenzaamheid. Therapie: verleggen spanningsboog.
- (8) Prof. Dr. Ernst Borneman (BRD), het existentieel bevinden bewijst wat het moderne, experimentele onderzoek -van zichzelf- niet kan, (ondanks de overweldigende hoeveelheid 'feiten'); en waarschijnlijk ook niet zal willen: de levensechte 'verbindbaarheid' van de individualpsychologie met elke andere vorm van psychisch onderzoek.
- (9) Dr. Annemarie Buchholz-Kaiser (Zwitserland) Een vergelijking naast elkaar stellen van (a) het onderzoek van o.a. Spitz en Bowlby: Het gemeenschapsgevoel als 'levend' resultaat vanuit

lang en gelukkig leefden. Er werd ons een denkbeeld aangeboden dat trouwen en lang-en-gelukkig-leven vanzelfsprekend bij elkaar horen. We weten dat dat niet waar is. Zeker, men kan lang en gelukkig leven in een huwelijk, maar de sprookjes verdoozelen het feit dat men bij het begin van een huwelijk voor een berg grondstoffen staat, waaruit men door dagelijkse zorgvuldige arbeid, opoffering van tijd en liefde, iets moois maken kan.

Aangezien er tussen mensen geen statische relatie bestaat, is het huwelijk ook geen toestand maar een werkterrein waar twee mensen doorlopend bezig zijn om de wisselende omstandigheden van het leven en de onvermijdelijke conflicten, die in een zo hechte relatie als het huwelijk optreden, om te zetten in groeimomenten voor een zich voortdurend verbeterende relatie. Aangezien ieder mens door aanpassing aan arbeid en samenleving, door steeds nieuwe impulsen vanuit massamedia en persoonlijke kontakten, door hormonale veranderingen en door het ouder-worden zich verandert, moet ook de relatie met de partner zich veranderen. Wanneer meningen veranderen, dan kunnen er makkelijk meningsverschillen tussen twee mensen ontstaan. Wanneer men meningsverschillen op de spits drijft heeft men een conflict. Dat betekent dat conflicten onlosmakend met het samenleven in huwelijk en partnerschap verbonden zijn.

Daar we niet geleerd hebben om conflicten als groeimomenten te beschouwen en er konstruktief mee om te gaan, en, omdat aan de andere kant onze verwachtingen van het huwelijk ("We willen gelukkig zijn") zo hoog zijn, is volgens ons het grote aantal scheidingen een teken daarvoor, dat we eraan zullen moeten wennen dat er cursussen en scholingsmogelijkheden moeten zijn om te leren hoe men naar tevredenheid een huwelijk kan voeren, d.w.z. zó, dat beide partners er door groeien kunnen. We zullen er aan moeten wennen dat we door gebrek aan voorbereiding gedwongen zijn het thema 'huwelijk' belangrijker te maken dan het ooit was; tijd, energie en intelligentie er in te investeren, en het sameleven in huwelijk en partnerschap te leren.

Wanneer men wil, kan men zijn relatie verbeteren

Het is vaak pijnlijk om te zien hoeveel echtparen onder hun relatie lijden en toch veel angst voor verandering hebben. Wij hebben waargenomen dat hoofdzakelijk mannen angst voor verandering hebben. Het lijkt of ze bang zijn iets te verliezen. Vrouwen menen eerder iets te kunnen winnen via huwelijksvoorlichting of therapie. Wanneer beide partners werkelijk willen is verandering mogelijk ook al treden in elk veranderingsproces inzinkingen op. Wanneer echter een paar gezamenlijk de oprechte bereidheid heeft om te groeien, dan kan men van het werken aan de relatie verwachten dat de liefde van het begin verdiept wordt, dat men met meer begrip met elkaar leert praten, dat men leert om onvermijdelijke conflicten op te lossen, dat het eenvoudiger wordt om samen beslissingen te

nemen, positieve gevoelens te uiten, teder en liefdevol voor elkaar te zijn, dat men de seksuele relatie verbeteren kan, en het over de rolverdeling in huis eens kan worden.

Zo lijkt het dat de mens voor het opbouwen van een kunstruktieve relatie drie voorwaarden moet vervullen:

- 1) de bereidheid tot groei, oprecht door man en vrouw samen doordacht,
- 2) een systeem om op bevredigende wijze met elkaar te praten en de vaardigheid om met dit systeem om te gaan,
- 3) de vaardigheid om huwelijkskonflikten positief te beschouwen en ze op een scheppende wijze op te lossen.

Ons interesseert hoofdzakelijk de praktijk van de huwelijksverrijking en we gaan er van uit dat enkele lezers aan de verbetering van hun relatie willen werken. Daarom willen we, voordat we met de oefeningen beginnen, eerst nog over enkele voorwaarden nadenken:

De partners moeten beslist tijd voor elkaar vrijmaken

Wanneer men op een bepaalde avond twee uur met elkaar wil werken, moet men er zeker van zijn niet gestoord te zullen worden. De telefoon, de gerechtvaardigde vraag van een kind, de buurman die langs komt - dat alles kan storen en in een gevoelig gesprek alles teniet doen. Wanneer we op een avond iets voor onze relatie willen doen, sluiten we de deur, hangen er een briefje op dat we niet gestoord willen worden en leggen de hoorn van de telefoon! Iedereen vindt zijn eigen vorm: gezellig koffiedrinken in een koffiehuis; rustig eten bij kaarslicht in een hotel; een wandeling of een weekeind waarin men samen alleen kan zijn kunnen de grote doorbraak betekenen - als men een plan en de juiste instelling meebrengt.

Het is absoluut noodzakelijk, zeker tijdens de eerste zittingen, de nadruk op het positieve te leggen

Veel paren zijn er in getraind om de nadruk op het negatieve te leggen, de fouten van de ander te zien en die te benadrukken, de ander af te wijzen of te vernederen. In een dergelijke -negatieve - atmosfeer is het niet mogelijk om voorderingen te maken! We geven vaak de raad die ons zelf ook helpt: als de negatieve gevoelens te sterk worden, steek dan een hand op tot de beroering voorbij is. De ander respecteert dit teken en op dat moment wordt er dus niet gesproken. Beide nemen de tijd om weer af te koelen en tot rust te komen, pas dan gaat het gesprek verder.

Verwacht geen wonderen!

Laat je niet ontmoedigen door inzinkingen. Ieder mens kan zijn gedrag veranderen als hij werkelijk wil. Wanneer we zeggen "Ik kan het niet", dan betekent dat in werkelijkheid: "Ik wil nog niet". Dat is niet erg. Het is je goed recht. Het belangrijkste is echter, dat jezelf - en zo mogelijk ook de ander - openlijk toe te geven.



WENEN, 2 - 6 AUGUSTUS 1982. HET 15de INTERNATIONALE CONGRES VOOR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE: EEN HONDERDDERTIG VOORDRACHTEN MET MEESTAL EEN INLEIDING DOOR NÓG WEER IEMAND ANDERS; EN DRUK EN GEZELLIG DAT HET WAS, ENORM! DE HONDERDEN DIE SPRAKEN VÓór EN N& EEN LEZING. DE BEGROETINGEN. DE BABELTJES. DE BOEKENMARKT. DE INFORMATIE-TAFELTJES. DE TENTOONSTELLING EN VOORAL OOK : HET "VERSTERKINGEN-BUFFET" ! HET WAS EEN ORGIE VAN WOORDEN DIE IN DIE WIJDE, HOGE ZALEN EN HALLEN VAN " DER TECHNISCHE UNIVERSITÄT " KLONKEN.

Een verslag dat de redactie ontving van een deelnemer aan dit congres Peter Lute de Vries uit Wassenaar.

EEN BABYLON VAN MENINGEN

En alles op dat 'enigszins eigen niveau' rond de ook even in een filmpje aanwezige Dr. ALFRED ADLER. Precies zoals Prof. Dr. Erwin Ringel (Präsident der Oösterr. Vereines für Individual Psychologie) het in de 'Begrüßung' van het voorprogramma had verwoord:

"WIEN, die Stadt, von der die Tiefenpsychologie, aber auch ihre SPALTUNG (*) den Ausgang genommen haben, zal de plaats zijn voor een ONTMOETING van de individualpsychologie met andere therapieën (want dat was het congres-thema), omdat elke toenadering tegenwoordig al even noodzakelijk is als destijds die verwijdering....."

(vert. Lute)

Het heeft niet zo mogen zijn. Bij het slotwoord op 6 augustus stelden de toen sprekenden vast, waaronder ook Prof. Dr. Ringel, dat het congres een "BABILON VAN MENINGEN" bleek. Bij het eerstvolgende congres (in Montreal, 1985) zal dus, bij een totaal nieuwe opzet, wat meer gelet moeten worden op de basis-kwaliteiten en de 'thuis'-arbeid van de voordracht-gevendenden.

Met Weense charme werd deze boodschap gebracht. Hoofdse dank en waardering overstroomden daarbij het steeds weer applaudiserende publiek, waaronder ook talrijke voordracht-gevendenden. Maar,..... de bedoelde ontmoeting wacht, helaas, nog op haar 'toenadering'; en dat laatste vraagt toch kennelijk om begeleiding!

Merkwaardig! Het 'cultureel' vermaak vroeg duidelijk géén begeleiding. Men was zeer 'gemütlich' op de Heurigenabend (een feestavond met

*) in de betekenis van: Splitsing? Scheuring? Splitsing?

tegen. Deed hij voorstellen in die richting, dan werd er vijandig op gereageerd. Een moeilijke situatie die hij graag wilde veranderen, maar hij vreesde van de andere kant de kritiek van collega's. Uit gesprekken met de man is gebleken dat de ambivalentie van enerzijds -de wil tot veranderen- en anderzijds -de weerstand- ertegen, niet alleen in het bedrijf *maar ook in hemzelf aanwezig was*. Hij was een ontmoedigd mens met een grote behoefte aan veiligheid maar tegelijkertijd iemand vol met ideeën, maar te geremd om ook maar iets daarvan te verwezenlijken. Hij had een sterk minderwaardigheidsgevoel en moeite om met anderen in contact te treden.

Om optimaal te kunnen helpen zou er zowel aan het individu als aan de organisatie moeten worden gewerkt. De hulpvraag kwam echter in dit geval niet van de organisatie maar van deze individuele cliënt. Er kon daarom ook alleen maar met de individuele hulpvrager worden gewerkt.

Volgens spreker kun je je afvragen of het geen voordelen had voor de therapie van deze hulpvrager, dat hij werkzaam was in een neurotische organisatie. *Het is als het ware een compensatie van zijn minderwaardigheidsgevoelens te kunnen zeggen dat zijn collega's nog waardelozers zijn dan hijzelf*. Daar ligt ook een uitdaging in er iets aan te veranderen! Hulp van buitenaf kan als het ware proberen zijn capaciteiten te mobiliseren en zijn minderwaardigheidsgevoelens te verminderen. Zijn gemeenschapsgevoel kan op deze manier worden versterkt en dan kan er een proces op gang komen, dat voor de betrokkene een uitdaging vormt zelf iets aan zijn werksituatie te doen.

Dit verslag is gemaakt door Alie Huisman

o-o



Verschenen is:

G.H. van Asperen HUMANISME MET ANDERE WOORDEN

Over de verbintenis tussen

de individualpsychologische persoonlijkheidsleer
en

de humanistische levensbeschouwing

Het Loekje wordt u toegezonden na ontvangst van f 15,-
op giro 1162479 ten name van H.M. van Praag-van Asperen,
Overdam 1, 1081 CE Amsterdam.
Bij bestelling van meer dan 3 exemplaren reductie.

Koop elk een schrift (dat je misschien later je groeiboek zult noemen)

In dit schrift zul je schriftelijk met de partner communiceren.

Waarom zijn huwelijk en partnerschap zo moeilijk?

Deze vraag heeft ook een aantal Amerikaanse onderzoekers beziggehouden en zij hebben in 1973 enkele honderden huwelijksadviseurs, die met enkele duizenden echtparen gewerkt hebben, gevraagd een vragenlijst in te vullen over de belangrijkste oorzaken die tot moeilijkheden in de huwelijkse relatie gevoerd hadden. In de antwoorden treffen we veel bekende verklaringen aan, zoals:

- conflicten over de opvoeding van de kinderen,
- moeilijkheden in de sexuele relatie,
- problemen met geld,
- problemen met de vrijetijdsbesteding,
- problemen met schoonouders en familieleden,
- ontrouw.

Deze oorzaken komen in het onderzoek met niet meer dan 35% voor. Andere moeilijkheden, als: huishoudelijke problemen en lichamelijk geweld bedragen ongeveer 16%.

-----"Wij kunnen niet met elkaar praten!"-----

Op eenzame hoogte staat echter een thema met 86 % en daarin vinden we het antwoord op de boven gestelde vraag. Het is het probleem van de KOMMUNIKATIE.

Steeds weer, zo melden huwelijksadviseurs, horen we van man en vrouw: "We kunnen niet met elkaar praten".

Zeker, velen kunnen met elkaar praten ;over de kinderen; over de vakantie; over het werk; over het eten; het weer; de politiek; enz. Maar het is moeilijk te spreken over problemen, over gevoelens, over jaloezie, over -zich-verwaarloosd-voelen, over onrechtvaardige behandeling, enz..

We hebben in het huwelijk een veel gevoeliger systeem van communiceren nodig dan we ooit in ons leven in de samenleving geleerd hebben. In het dagelijks leven met andere mensen beoefenen we een soort misleiding of achterhouden van de waarheid. In een huwelijk leidt dat slechts tot verwijdering. We moeten leren ons te openen, gevoelens mee te delen en het risico te nemen om ons kwetsbaar te maken. Het lijkt een wet te zijn, dat men zich kwetsbaar moet maken om intimiteit, geborgenheid en liefde te verkrijgen. Aangezien we niet met elkaar praten kunnen, is het schrijven in het opbouwproces één van de belangrijkste hulpmiddelen.

Wat kun je doen?

- a) ga zitten! Ieder neemt zijn groeiboek en schrijft gedurende 15 minuten:

het verwezenlijken van

gelijkwaardigheid in het gezin



Tekeningen: Luc van Krieken, Typewerk: Thea Smink

een gewoonte. Het nam een belangrijke plaats in in mijn dagelijks leven. Bij veel wat ik deed, dacht ik aan het stoteren en had angst om te falen. Nu kan ik al in veel situaties kiezen of ik wil stoteren en of goed spreken.

Dit verslag is gemaakt door Alie Huisman
-o-



In het vorige nummer van dit blad heeft u kunnen lezen over de plannen die de besturen van N.W.I.P. en S.T.I.P. momenteel uitwerken om te komen tot een overkoepelende organisatie voor individualpsychologie in Nederland, het ALFRED ADLER INSTITUUT NEDERLAND.
Om deze plannen te realiseren moeten er een aantal WERKGRUPPEN gevormd worden die de ideeën gaan uitwerken en vormgeven, t.w.:
een werkgroep VOORBEREIDING, werkgroep PUBLICITEIT, werkgroep OPLEIDINGEN, werkgroep ONDERWIJSVELD, werkgroep AKTIVITEITEN, werkgroep FINANCIËN en werkgroepen ZELFHULPGROEPEN en THERAPIE.
Het verheugt ons dat op de oproep zich inmiddels een aantal mensen hebben gemeld die hieraan willen meewerken. Met deze mensen zullen de besturen spoedig om de tafel gaan zitten voor overleg. Heeft u waardevolle suggesties of wilt u ook meewerken, neem dan even contact op met uw bestuur.
Wij zullen u in dit blad op de hoogte houden van de voorbereden van het initiatief.

Adrie van der Horst



Om met Adler te spreken, de mens gedraagt zich naar de mening, die hij heeft over zichzelf en zijn plaats in de wereld.

Er moet dus worden gewerkt aan het veranderen van dat denkpatroon of, zoals de Bijbel zegt, 'wordt hervormd door de vernieuwing van uw denken' (Romeinen 12:2).

Gedrag is eigen beslissing en doelgericht: Spreker gaat er ook van uit dat alles wat een mens doet gebeurt op grond van een genomen beslissing. Als iemand zegt iets niet te kunnen betekent het in feite dat hij niet wil. Alles wat de mens doet, denkt, voelt of verwacht is het resultaat van zijn eigen beslissingen. Dat houdt tevens in dat hij zelf verantwoordelijk is daarvoor. Ook het spreekgedrag, het stotteren dus, is het resultaat van een genomen beslissing. Als we dit beseffen, weten we dat het ook mogelijk moet zijn andere beslissingen te nemen. We kunnen ook beslissen om goed te gaan spreken in plaats van te stotteren.

Een beslissing die we nemen is altijd doelgericht. We willen er iets mee bereiken. Wat we met ons gedrag, bijvoorbeeld het stotteren, willen bereiken, kunnen we ontdekken als we kijken naar de gevolgen van ons gedrag.

Relatie met onszelf is belangrijk: De relatie met anderen wordt volgens spreker bepaald door de relatie die we hebben met onszelf.

Een goede relatie met onszelf wordt bepaald door de volgende factoren:

1. Ons bewust zijn wie en wat we zijn,
2. Het luisteren naar de taal van ons lichaam,
3. Confrontatie met onze gedachten en gevoelens,
4. Onszelf accepteren zoals we zijn,
5. Zich uitnemen tegenover anderen,

Schuldgevoelens zijn niet nuttig: Ook de schuldgevoelens komen ter sprake. Schuldgevoelens belemmeren volgens spreker vaak de persoonlijkheidsgroei en weerhouden de mens ervan actief aan zijn levensopgaven te werken.

Enkele citaten die spreker gebruikte om dit duidelijk te maken waren: "De grootste energieverspilling is het misbruik maken van schuldgevoelens", "Schuldgevoelens zijn goede bedoelingen die we niet hebben", "schuld is een techniek om te vermijden in het heden aan jezelf te werken".

Naast ademhalingsoefeningen, spreektechnieken en ontspanningsoefeningen bestaat de holistische cirkelmethode uit een grote hoeveelheid theorie. Een theorie met de I.P. als uitgangspunt.

De I.P. beschouwt de mens als een geestelijke en lichamelijke eenheid en als een doelgericht wezen, dat zelf zijn beslissingen neemt.

Ten slotte een cliënt aan het woord

Jacqueline, een cliënte van spreker, werd vooral door deze therapie overtuigd, dat ze goed kon spreken. Ze bracht bovendien de moed op dit in praktijk te brengen en ons dit persoonlijk te komen vertellen. Vroeger, zo vertelde ze ons, was het stotteren een deel van mijzelf,

Hoewel het woord "gelijkwaardigheid" tegenwoordig voortdurend wordt gebruikt, schijnt er weinig inzicht te bestaan in de volle betekenis ervan. Niet alleen wordt dit zo belangrijke probleem van gelijkwaardigheid slecht, maar ook vaak verkeerd begrepen.

Het is duidelijk dat de meeste van ons het moeilijk vinden te begrijpen wat gelijkwaardigheid nu eigenlijk inhoudt.

Wanneer het woord gelijkwaardigheid tegenwoordig wordt gebruikt denkt men aan bepaalde bevolkingsgroepen zoals negers, die volledig staatsburgerschap wensen te bereiken. Met betrekking tot individuen spreekt men vaak van "gelijke kansen".

Toen Thomas Jefferson in de onafhankelijkheidsverklaring schreef: "alle mensen worden als gelijkwaardig geschapen", wisten slechts enkelen wat dit inhield.

Het probleem van gelijkwaardigheid gaat veel dieper dan de meeste mensen zich realiseren.

Het is meer dan alleen maar een politiek idee. Het is hét grote probleem van deze eeuw. Het schijnt dat het ontzeggen van gelijkwaardigheid aan anderen, één van de hoofdoorzaken is van slechte aanpassing, van wrijving en van oorlog.

Binnen de komende tientallen jaren zal dit probleem begrepen moeten worden en de daaruit geleerde lessen moeten worden toegepast, wil de mensheid niet ten onder gaan.

Wat is gelijkwaardigheid? Hoe kan er ooit zoiets als gelijkwaardigheid zijn voor alle mensen?

De meesten van ons denken dat gelijkwaardigheid alleen maar gezien kan worden in het algemeen, terwijl ze niet beseffen hoe individuen als gelijkwaardigen samen kunnen leven.

"Iedereen is verschillend"!

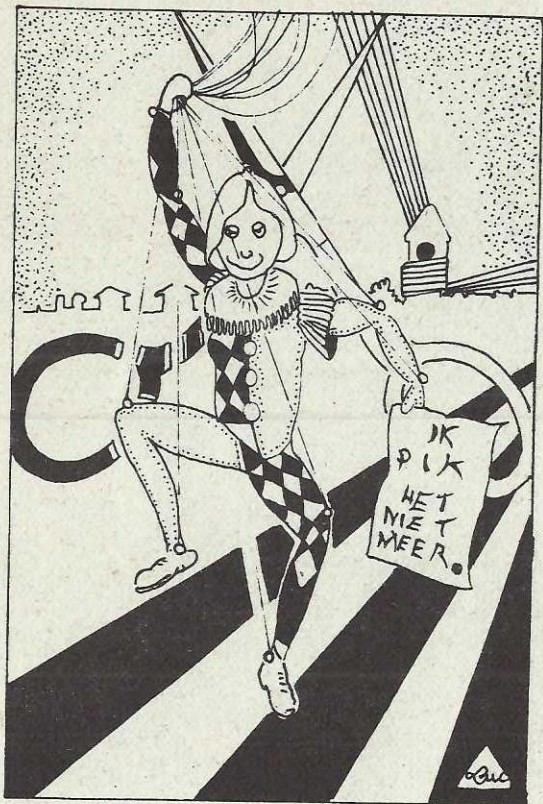
In het voorstellingsvermogen van deze mensen betekent gelijkwaardigheid éénvormigheid.

Eénvormigheid echter bestaat niet. Elk individu is verschillend in de vorm van verschillende kwaliteiten, verplichtingen, geestelijke capaciteiten, talenten, kansen. Hoe zouden zij dan ook gelijk aan elkaar kunnen zijn?

Zoals het woord gelijkwaardigheid meestal wordt gebruikt, heeft het betrekking op gelijke rechten. Elk individu heeft hetzelfde recht om zijn behoeften bevredigd te zien, om een opleiding te krijgen en om gezond te blijven. In Amerika heerst tegenwoordig de opvatting dat men de behoefte van alle mensen en hun gelijke rechten, ongeacht ras, kleur of sexe moet erkennen.

Het meest belangrijke punt van gelijkwaardigheid echter is niet gelijke rechten, maar gelijke waarden. De uitdrukking gelijkwaardigheid houdt in dat ieder individu van gelijke waarde is; het is echter gemakkelijk te zien waarom zo velen dit begrip niet kunnen omvatten.

Gelijkwaardigheid voor alle mensen is een verbazingwekkend begrip voor velen. Toch is dit het uitgangspunt waarmee we worden geconfronteerd.



Pappie, pappie, mama wil niet dansen..

verwachtingen te voldoen.
 Jij bent niet op de wereld om aan mijn
 verwachtingen te voldoen.
 Ik doe met mijne, jij doet het jouwe.
 Als we elkaar ontmoeten dan zou dat heel fijn zijn;
 zo niet dan is er nog niets aan de hand."

Elke avond is er een praktisch en een theoretisch gedeelte.

Praktijk gedeelte:

De ademhaling: Spreker leert zijn cliënten de flankademhaling, die bekend is geworden door Del Ferro. Een manier van ademen waarbij alle ademhalingsspieren gebruikt worden.

De ontspanningstraining: Er worden verder ontspanningsoefeningen gedaan. Door deze oefeningen, een training, kan men leren om zich binnen één minuut en in elke situatie volledig te ontspannen.

Leren spreken en articuleren: Een stotteraar heeft dikwijls krampachtig op elkaar geklemde kaken. Met verschillende oefeningen wordt daarom gewerkt aan het losmaken van de kaak. Er worden articulatie-oefeningen gedaan en zo leert men het spreekinstrument beter beheersen. Er wordt aandacht besteed aan de spreektechnieken, het leren spreken en lezen op ademrhythme, het leren vormen van klinkers en medeklinkers. Uiteindelijk merkt men dan dat het spreken vanzelf gaat en geen enkele inspanning vereist.

Theorie-gedeelte

Ieder heeft een bepaalde mening over zichzelf en zijn plaats in de wereld en op grond van deze mening heeft de mens een bepaalde levensstijl. De mening die men over zijn spreekgedrag heeft is daarvan een onderdeel. Men zal volgens spreker zijn spreekgedrag dan ook pas kunnen veranderen als men de mening over dat spreekgedrag veranderd heeft. Verder is er een verschil tussen datgene wat men doet en wat men is. Men mag niet zeggen: "Ik ben een stotteraar", maar moet zeggen: "Ik stotter".

Verder is het volgens spreker nodig dat een gevoel van eigenwaarde wordt aangekweekt. Ieder mens is uniek, waardevol en belangrijk. Onszelf met anderen vergelijken is daarom onmogelijk.

Door elke deelnemer in de groep te laten zeggen: "Ik ben een mens en ik ben belangrijk, omdat ik dat zeg." wordt geprobeerd het gevoel van eigenwaarde te vergroten of aan te kweken.

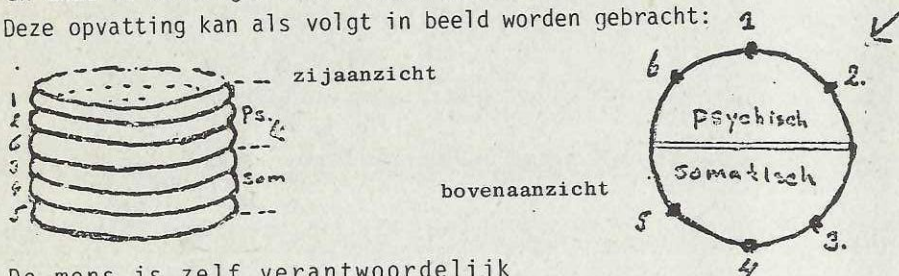
Spreker beschouwt stotteren als een gewoonte die men heeft. Deze gewoonte behoeft niet te worden afgeleerd, dat zou symptoombestrijding zijn. Er wordt een nieuwe gewoonte, het spreken op een 'normale' manier aangeleerd en wel zo dat de oude gewoonte op de achtergrond raakt.

Positief denken is nodig: Onze gevoelens ontstaan door onze gedachten en ook ons handelen dat daarop volgt vindt overeenkomstig ons denkpatroon plaats.

Anders gezegd, het stottergedrag wordt geconditioneerd, want in elke spreek situatie wordt het stotteren als het ware geoefend. Al deze factoren vormen, om zo te zeggen, vicieuze cirkels, die in overdrachtelijke zin boven elkaar liggen en elkaar beïnvloeden. Deze vicieuze cirkels moeten doorbroken worden. Het heeft geen zin één cirkel te doorbreken, omdat de andere cirkels de onderbroken cirkel in stand houden. Het is nodig dat alle cirkels onderbroken worden en uiteindelijk worden afgebroken.

De holistische cirkelmethode zicht zich daarom op alle genoemde factoren en probeert zo de negatieve vicieuze cirkels af te breken en deze te vervangen door nieuwe positieve cirkels.

Deze opvatting kan als volgt in beeld worden gebracht:



De mens is zelf verantwoordelijk

Zoals reeds gezegd richt de holistische cirkelmethode zich op alle factoren die het stotteren in stand houden. Ik de therapie zal dan ook behandeling van al deze factoren moeten plaatsvinden en niet - zoals vaak gebeurt - slechts één of meer facetten, bijvoorbeeld zich alleen richten op het zich leren ontspannen of het leren spreken. Een wezenlijk verschil met andere behandelingsmethoden is ook dat spreker zich niet richt op het altijd maar accepteren van het stottergedrag en /of het veranderen van dat gedrag in niet-stottergedrag. Zijn therapie heeft tevens zelfontplooiing ten doel, de groei van de persoonlijkheid, die maakt dat men op de duur het stottergedrag niet meer nodig heeft.

Maslow zegt: "Een mens moet worden, wat hij kan worden". Dat houdt in dat een mens er zelf verantwoordelijk voor is, dat hij de talenten die hij heeft gebruikt en dus ook zelf verantwoordelijk is voor zijn persoonlijke groei.

De therapie

De therapie is ingedeeld in vijf perioden van elk vijf avonden. Op de eerste avond heeft men bepaalde verwachtingen. De meeste 'stotteraars' hebben volgens de spreker veel te hoge verwachtingen. Hij of zij wil van het stotteren af en men ziet dan in de therapeut de man, die dat wel zal bewerkstelligen. Dat spreker niet aan deze verwachtingen kan en wil voldoen maakt hij zijn cliënten duidelijk door het opzeggen van het zogenaamde 'Gestaltgebed' van Perls:

*Ik ben ik en jij bent jij.
Ik ben niet op de wereld om ook maar aan iemands*

Gelijke waarde is onverbreekelijk verbonden met het begrip democratie. Slechts in de ontwikkeling van de democratie kon een idee als gelijkwaardigheid ontspruiten.

Velen geloven dat democratie slechts een politiek systeem is, waarbij het volk door officiële verkiezingen zijn eigen regering kiest.

Dit is zeker één van de grondbeginselen van democratie, het is echter nog veel meer. Democratie geeft het individu het gelijke recht te kiezen en gekozen te worden, gehoord te worden in vergaderingen en zijn mening gewicht te laten hebben. Om dit echter helemaal waar te maken dient hij echter als burger erkend te worden, als een gewaardeerd lid van de gemeenschap. Het woord democratie wijst duidelijk naar de oorsprong van de gedachte welke afstamt van het griekse woord en "regering door het volk" betekent. Democratisch regeren begon ongeveer vier tot vijfhonderd jaar vóór onze jaartelling en verving het regeren door enkelen (oligarchen). De olichargie van Athene werd opgevolgd door democratie (regeren door het volk).

Het werd de Grieken spoedig duidelijk, dat men de burgers geen bestuursmacht kon geven zonder hen ook waarde als burgers te geven. Als resultaat kwamen Griekse filosofieën tot ontwikkeling welke de fundamentele gelijkwaardigheid van de mens benadrukten; bijzonder goed waren bijvoorbeeld de Stoïcijnen.

De Griekse Stoïcijnen beïnvloedden Rome en de Romeinse Stoïcijnen waren de eersten die deze grondgedachten van gelijkwaardigheid toepasten door alle burgers gelijk te stellen voor de wet.

Spoedig daarna beïnvloedde dit Griekse ideaal van gelijkwaardigheid een volk dat in die tijd bedreigd werd door slavernij en uitroeiing.

In hun grootste nood, toen hun gebruiken en opvattingen waren vernietigd, ontwikkelden de Hebreuwen het idee van praktische gelijkwaardigheid voor allen. De vroege christengemeenschappen trachtten voor het eerst te doen wat wij nu doen, nl. aantonen wat de consequenties zijn van gelijkwaardigheidsprincipe voor de menselijke samenleving.

Zij bouwden hun eerste gemeenschappen op basis van gelijkwaardigheid voor ieder lid van de samenleving. Eeuwenlang hebben de volkeren van déze wereld niet kunnen begrijpen hoe deze Christenen hun vrouwen konden toestaan deel te nemen aan alle aspecten van het leven op basis van strikte gelijkwaardigheid. Ook konden zij de strenge kerkwetten op sexueel gebied niet begrijpen, welke inhielden dat vrouwen niet meer verplicht waren misbruik te tolereren van mannen. Temeer, daar beperkingen, aan vrouwen opgelegd, ook voor mannen golden. Het was de gelijkwaardigheid van vrouwen t.o.v. mannen, welke tot diepgaande veranderingen in sexuele praktijken en opvattingen leidde.



Verlag van de Lezing gehouden op 27 februari 1982 door de heer
Roel Glasstra, stottertherapeut te Amsterdam.

De Holistische Cirkelmethode

Spreker heeft zelf zo'n 48 jaar gestoterd en weet dus uit eigen
ervaring welke problemen iemand die stottert ondervindt als hij
gewoon wil leren spreken.

In wesen is, volgens spreker, elk mens een stotteraar, omdat elk
mens welens neurotisch gedrag vertoont en neurotisch gedrag in
feite een vorm van stotteren is.

Hölsime

Er zijn vele behandelingsmethoden voor stotteraaars. Bijna elke
methode is gebaseerd op het behandelen van het stotteren zelf
en/of het behandelen van de stotteraar. Er worden echter slechts
geringe resultaten geboekt. Dit komt, volgens spreker, omdat het
stotteren centraal staat in de behandeling. Het stotteren tracht
men te verminderen of soepeler te laten verlopen. Men behandelt
in feite alleen maar het symptoom en niet datgene dat het stot-
teren heeft bewerkstelligd en in stand houdt.

Aan de holistische cirkelmethode ligt het holisme ten grondslag,
de opvatting dat de mens een lichamelijke en geestelijke eenheid
is. Met andere woorden, bij zijn therapie gaat spreker uit van het
principe van de eenheid van de persoonlijkheid.

Viciëuze cirkels

Spreker onderscheidt zes factoren die het spreken beïnvloeden:

1. Herinneringen en meningen t.o.v. het spreken,
2. Psychische spanningen en angsten.
3. Lichamelijke spanningen,
4. Onregelmatige ademhaling,
5. Verkeerde manier van spreken en articuleren,
6. Het pikeren over al deze factoren.

Als iemand die stottert in een spreeksituatie komt, gaat hij terug
in zijn herinnering en vraagt zich af of hij wel eens een soort-
gelijke situatie heeft meegemaakt. Meestal gaat dit onbewust. Een
stotteraar zal zich dan alleen maar kunnen herinneren dat hij
gestoterd heeft. Hij ziet het weer helemaal voor zich, bouwt een
psychische spanning op en wordt angstig. Omdat geestelijke en
lichamelijke factoren elkaar beïnvloeden ontstaat er dan ook een
lichamelijke spanning. Wie lichamelijk gespannen is, heeft een
onregelmatige ademhaling. Dit heeft dan weer ademmoed tot gevolg
en mede door deze ademmoed gaat men stotteren. Na afloop heeft
men de situatie opnieuw door er over te pikeren. Deze negatieve
ervaring wordt vervolgens in de herinnering opgenomen en bij een
volgende spreeksituatie zal alles zich herhalen.



Dit was het begin van het Chris-

telijke tijdperk; het beoefenen

van de gelijkwaardigheid duurde

niet lang. De oude kultuur van

Christelijke gelijkwaardigheid

stortte ineen. Onder de ver-

schillende hypothesen welke de

inensorting verklaaren was het

feit dat de Romeinen en de

Grieken slaven beschouwden als

wezens met ongelijke status.

Zelfs Plato rechtvaardigde dit

door te zeggen dat een slaaf

geen menselijk wezen is; hij

is een ding; men kan met hem doen
wat men wil.

Een menselijk wezen met een ge-
voel voor gelijkwaardigheid zou
zich nooit overgeven aan slaaver-

vreemdelingen gelijkwaardigheid
ontzegd. Deze ongelijkwaardig-

heden droegen bij tot de ver-
nietiging van de oude cultuur.

De samenleving verviel toen in
de autocratische vorm van het
feodalisme van de middeleeuwen.

Het komt mij voor dat het erkennen van de individuele rechten van iedereen essentieel is. Dat wil niet zeggen dat we het met alles wat iedereen doet maar eens moeten zijn. Vele mensen doen dingen die ons tegen staan. Maar het betekent wel dat we hem het recht moeten geven te doen wat hij doet; om de beslissingen te nemen die hij neemt. We moeten hem ook de verantwoordelijkheid geven voor zijn daden. We moeten niet de daad met de dader verwarren. Het kind kan iets doms doen, maar het IS niet dom. We moeten met dit besef leren leven. We hoeven niet aan alles toe te geven, het moet overal mee eens te zijn. Dit betekent echter niet dat we neer moeten kijken op hem of haar waar we het

niet mee eens zijn. Ieder individu heeft het recht zijn eigen fouten te maken. We moeten een nieuw begrip van menselijke verhoudingen hebben teneinde de volle betekenis van fundamentele menselijke gelijkwaardigheid te begrijpen. Doen we dit niet en leren we niet met elkaar op voet van gelijkwaardigheid te leven, dan slagen we er niet in onze problemen op te lossen, in gezinnen, in onze gemeenschap, in ons land of tussen andere staten op te lossen.

NEDERLANDSE BEWERKING
VAN DE WERKGEMEENSCHAP 'OUDERS'

**KINDEREN
DAGEN ONS UIT**

RUDOLF DREIKURS

In de meeste gezinnen gaat achter een
schijnbare harmonie een bittere
machtsstrijd schuil.

Ouders proberen kinderen hun wil
op te leggen, de kinderen
verzetten zich daartegen.



CONTACT GEZINSGROEPEN

DENK AAN UW
BIJDRAGE 1982

En gedurende de volgende eeuwen heeft het licht van de gelijkwaardigheid, bewaard in het Christendom, het laatste restant van de culturele periode waarin de mensheid democratie en gelijkwaardigheid had ontwikkeld. Pas bij het begin van de Renaissance werd deze ontwikkeling weer voortgezet en gevolgd door een belangrijke toename in democratie en een toenemende graad van gelijkwaardigheid voor allen.

Waarom begon deze democratische evolutie?

We voelen nu dat onze beschaving welke 8000 jaar geleden begon, de homogene, primitieve samenleving verving en een kant-en-klare maatschappij creëerde waarin de ene mens de andere overheerste zodat harmonie en vrede tussen de mensen onderling onmogelijk was. Het was Adler die de wet van sociaal leven formuleerde, welke duidelijk maakte, dat harmonie tussen mensen slechts mogelijk is wanneer zij elkaar respecteren als gelijkwaardigen.

Indien iemand zich superieur stelt, dan is zijn superioriteit beperkt, wankel en binnen zekere tijd zal zijn macht worden vervangen door een andere macht. De opkomst van de democratie is de uitdrukking van het zoeken der mensheid naar harmonie, vrede op aarde en naar het einde van wrijvingen en oorlog, waar de een de ander vernedert en uitbuit. De ontwikkeling van de democratie is een poging van de

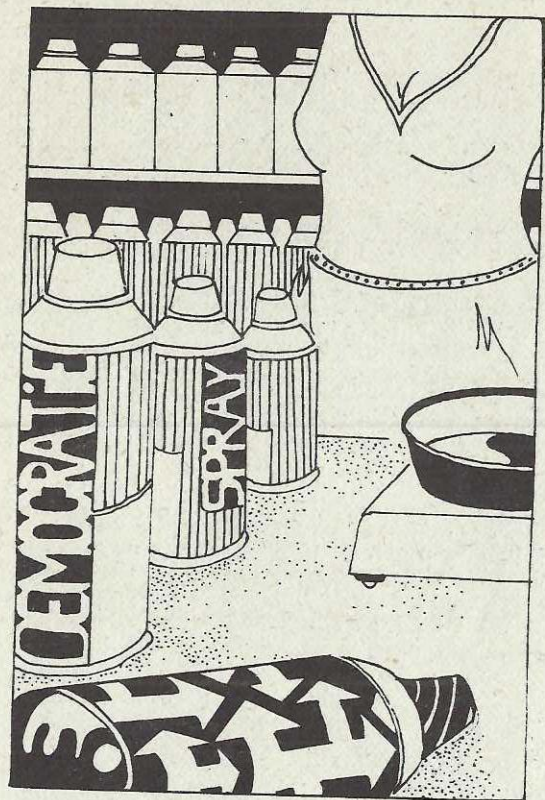
mensheid om opnieuw een homogene stabiele menselijke gemeenschap op te bouwen.

Dit proces van democratisering, waarbij de mensen meer en meer vrijheid kregen om voor zichzelf te beslissen en zich te bevrijden van koningen en tyrannen, viel samen met het proces van toenemende gelijkwaardigheid voor allen. Het is echter interessant om op te merken dat politieke democratie niet noodzakelijkerwijs parallel gaat met sociale democratie. Dit is de kern van de les die we moesten leren.

We kunnen niet tevreden zijn met alleen maar politieke democratie omdat deze het recht geeft te kiezen en gekozen te worden.

We moeten willen inszien, dat we aan een nieuwe vorm van menselijke verhoudingen moeten werken, waarbij we traditionele vormen van overheersing en onderwerping, superioriteit en inferioriteit vervangen door deze nieuwe verhouding van gelijkwaardigheid.

Interessante beschouwingen komen naar voren wanneer politieke ontwikkeling wordt vergeleken met sociale ontwikkeling. Een van de oudste en mooiste politieke systemen vindt men b.v. in Zwitserland. Sociale democratie en sociale gelijkwaardigheid zijn daar volslagen onbekend. Zo hebben b.v. vrouwen geen stemrecht. Het is verbazingwekkend te constateren, dat in vele beschaafde landen vandaag de dag nog de overtuiging heerst



...je kunt er mee naar alle kanten spuiten,
maar het meeste gaat er naast....

autokraat medewerking eist, nodigt de demokraat uit tot medewerking. Waar de autokraat de baas is, is de demokraat de leider. De autokraat domineert, de demokraat stuurt. De autokraat heeft kritiek, de demokraat bemoedigt. De autokraat vindt fouten, de demokraat erkent prestaties. De autokraat straft als iets verkeerd gaat, de demokraat helpt. De autokraat vertelt iemand wat er gedaan moet worden, de demokraat geeft gelegenheid tot beraadslaging. Het verschil wordt duidelijk wanneer we luisteren naar wat er gebeurt tussen moeder en kind.

We kunnen ouders helpen met het krijgen van inzicht in wat ze doen en wat ze zouden moeten doen. Er zijn een aantal zeer praktische voorstellen. In plaats van ieder kind te behandelen al naar gelang zijn prestaties, hetgeen tot nu toe de gewoonte was, de één superieur, de ander inferieur, de één goed, de ander slecht, moeten we al de kinderen van het gezin behandelen als een groep door te zeggen: "Kinderen, jullie hebben zelf de verantwoordelijkheid om voor elkaar te zorgen".

In plaats van de mens tot zijn eigen vijand te maken in deze wedijver tussen broer en zus, waarbij ieder het oordeel van de ander betwist, moeten we iedereen als gelijkwaar-

dige behandelen, iedereen het recht gevend zijn eigen standpunt te bepalen, waarbij we beïnvloeding in plaats van macht dienen te gebruiken om de pogingen te sturen. Mogelijk dat we dan bij het Bijbels ideaal kunnen komen waarin werd gesteld: "Gij bent uw broeders hoeder".

We moeten ermee ophouden het ene kind tegen het andere uit te spelen. Maar het belangrijkste is: *zoals er geen politieke democratie kan zijn zonder bijeenkomsten en groepsbeslissingen, zo kan er geen democratie in het gezin zijn, zonder dat we allemaal eens bij elkaar gaan zitten en problemen bespreken.*

De gezinsraad is de enige plaats waar we ieder kind in het gezin dezelfde status kunnen geven. Hier kan iedereen bepraten wat er gebeurt en zijn mening uitspreken.

Kinderen hebben het recht om gehoord te worden, wat ze ook denken mogen, en deel te nemen aan de oplossing welke de groep als geheel kan bedenken.

Dit is de aard van opvoeding die we in onze kinderopvoedingscentra (U.S.A.) en gespreksgroepen van ouders en leerkrachten (zoals door de S.T.I.P. geadviseerd) propageren. We trachten de ouders zover te brengen dat ze de traditionele methoden van domineren opgeven en de democratische benadering van wederzijds ontzag, respect, samenwerking en deelneming invoeren.

dat er aanwijzingen bestaan dat de juiste leeftijd om met lezen en schrijven te beginnen, tussen de 2½ en 3 jaar ligt. We zullen ons een volledig nieuwe opvatting omtrent kinderen moeten aanleren, teneinde hun capaciteiten te onderkennen. *We moeten inzien dat we op kinderen neerkijken en ze hebben opgevoed tot een gebrek aan verantwoordelijkheid omdat we niet in hun capaciteiten geloven.* Dit alles is nauw verweven met het superioriteits- inferioriteitsbeginsel waaraan we allemaal deelnemen.

Wat is het antwoord op deze problemen? In onze kinderopvoedingscentra (U.S.A.) en studiegroepen voor ouders (ook in Nederland) proberen we een hele generatie ouders duidelijk te maken hoe we kinderen moeten begrijpen, hoe we ze moeten leiden zonder strijd, hoe we kinderen moeten respektieren en hoe we hun respekt kunnen verkrijgen. *Als we met kinderen vechten respektieren we ze niet, want strijd betekent dat we hen onze wensen opdringen.* Als we toegeven zijn we met onszelf in strijd omdat toegeven betekent dat we een kind toestaan zijn wensen aan ons op te dringen. We moeten ouders leren om leiders te worden in plaats van bazen. We moeten met het begrip leren leven dat we kinderen niet kunnen dwingen te studeren of zich zo te ge-

dragen zoals wij willen; we kunnen ze echter wel stimuleren. Gedurende mijn werk in Israël was ik in de gelegenheid om zeer nauwe grenzen te bepalen tussen autokratisch en democratisch leiderschap. (Ik deed dit onder vrij dramatische omstandigheden op de technische scholen van de luchtmacht). Ik geloof dat het in geen ander land ter wereld mogelijk zou zijn een militair instituut op democratische grondslagen te besturen. Interessant genoeg ontdekten we dat de meeste opvoeders, ouders, leraren, instructeurs, noch autokratisch, noch democratisch zijn en ook niet bewust weten hoe ze dat moeten doen. Daarom worden ze autokratisch wanneer de zaken uit de hand lopen. Dan voelt men dat deze macht over anderen verkeerd schijnt te zijn en verandert men weer. Gelatenheid en verwarring zijn het resultaat.

Het verschil tussen autokratisch en democratisch leiderschap is gemakkelijk te onderscheiden. Allereerst kan de verhouding onderscheiden worden door de klank van de stem. De autokraat spreekt hard en scherp, de demokraat spreekt vriendelijk en zacht. De autokraat beveelt, de demokraat stimuleert van binnen uit, hij nodigt uit. De benadering wordt dan duidelijk. Terwijl de autokraat zijn ideeën oplegt, verkoopt de demokraat de zijne. Terwijl de

dat vrouwen te emotioneel zijn om aan politiek deel te nemen. Door hun echtgenoot wordt ze verteld wat ze doen moeten en in deze kulturen is vader de baas. Dit is de politieke democratie zonder sociale gelijkwaardigheid.

Wanneer we Denemarken en Zweden met elkaar vergelijken, dan vinden we dat beide landen een goed funktionerende politieke democratie hebben. Zij hebben vrij identieke economische en politieke kondities waarin echter één specifiek verschil opvalt.

Hoewel de status van de vader in Denemarken aan het wankelen is, is hij nog steeds de baas. In Zweden laten de vrouwen zich niet langer domineren door hun mannen. Zij eisen gelijkwaardigheid en krijgen dat ook.

We zien dat wanneer de vader zijn macht verliest over de moeder, beide ouders hun macht over de kinderen verliezen.

In een democratische samenleving heeft niemand de macht een ander te domineren.

Momenteel is het stadium bereikt waarbij de situatie waarin een dominerende en superieure groep bestaat meer en meer twijfelachtig wordt. We hebben het punt bereikt waar iedereen - volwassene en kind, blanke en neger, werkgever en werknemer - hetzelfde gevoel van gelijkwaardigheid heeft, hetgeen tot uitdrukking komt in een vastbeslotenheid om zelfbeschik-

king te verkrijgen. Zelfbeschikking is het recht geworden van individuen als gelijkwaardige burgers. Het toepassen van dit recht komt het duidelijkst tot uitdrukking in de V.S. en Israël. In de meeste Europese landen overheerst een sterke en autocratische familie hiërarchie; welk verschil dit maakt in groepsverhoudingen, kan men duidelijk zien. Omdat deze overheersing tegen de logica van sociaal samenleven is, zou men kunnen aannemen dat beëindiging daarvan vrede en harmonie tot gevolg zou hebben. Maar het tegendeel is waar. We leven momenteel in een periode waarin de democratie en gelijkwaardigheid welke we opgebouwd hebben, enorme problemen scheppen waar we niet op voorbereid zijn.

We zijn er niet aan gewend om als gelijkwaardigen met elkaar om te gaan. Onze traditie helpt ons slechts elkaar te domineren.

Vandaag de dag zijn alle traditionele methoden die wij kennen om problemen op het gebied van intermenselijke relaties op te lossen, verouderd. Als gevolg van deze democratische evolutie beleven we zelfs meer vijandigheid, meer strijd en meer on-aangepastheid. Waarom?

Er is altijd een strijd tussen de sexen geweest waarbij de man de vrouw domineerde. Er is altijd strijd geweest tussen de generaties waarbij de volwassenen de kinderen domineerden. Alhoewel kinderen en vrouwen altijd in opstand waren, deden ze dat niet openlijk. De ge-

meenschap was doordrongen van gezag en zag er op toe dat de rebellen zich aanpasten. Toen de macht van de autoriteiten verminderde, werd de opstand van de onderdrukte groepen meer openbaar. Vandaag de dag wil niemand overheerst worden. Als iemand het gevoel krijgt dat iemand anders hem gaat overheersen, dan begint men zelf te domineren. *Naarmate we meer gevoel voor gelijkwaardigheid krijgen, wordt het moeilijker om met elkaar om te gaan.*

Misschien kan dit wel het best gezien worden in de strijd met de negers. Zolang de negers het wezen van hun positie in het zuiden van de V.S. aksepteerden was er geen geweld en waren er geen problemen. Ze bleven waar ze waren, aksepteerden hun minderwaardige positie en deden niemand kwaad. Toen zij zich bewust werden van hun gelijkwaardigheid als menselijke wezens en als Amerikaanse burgers wensten zij niet langer behandeld te worden als minderwaardig met slechts gedeeltelijke burgerrechten. En toen begon het konflikt. Hetzelfde verhaal gaat op voor de vrouwen. Zolang zij hun lot aksepteerden, gaven zij de mannen het recht om te domineren. Vreemd genoeg vinden we in Europa, Zwitserland en Zuid-Amerika vrouwen die zeggen: "Maar we moeten helemaal niet zijn zoals de mannen. Het is in strijd met ons vrouw-zijn. Vrouwen hebben andere taken. Zij behoren zacht en onderdanig

te zijn". Zij akseptereren dit als hun lot omdat zij zich niet gelijkwaardig voelen.

Om een voorbeeld te geven: Enige jaren geleden kwam in Zuid-Amerika een kleine jongen naar me toe om advies. Omdat ik de gezinssamenstelling wilde weten, vroeg ik hem: "Wie is het oudste kind thuis?" Hoewel hij zei dat hij het was, ontdekte ik later dat hij drie oudere zusjes had. Die telden echter niet mee. Hij was het oudste kind in het gezin.

In deze kultuur moesten de oudere zusjes zich onderwerpen aan de bevelen van het jongere kind want de oudste zoon vertegenwoordigde zijn vader wanneer die er niet was. Daar hadden ze geen idee van gelijkwaardigheid.

Als we nu in Noord-Amerika tegen meisjes zouden zeggen dat ze niet meetellen en dat ze precies moeten doen wat de jongens hun zeggen, zouden we een geheel andere reactie krijgen, omdat ze zich gelijkwaardig voelen en niet wensen toe te geven aan deze ongelijkwaardige behandeling.

Toch zien we met al deze zaken een vreemde situatie in gezin, school en samenleving. We zien dat niemand wordt behandeld als gelijkwaardige en ook is niemand er eigenlijk zeker van of hij wel evengoed is als zijn buurman.

Toch hou ik vol dat gelijkwaardigheid geen droom, hoop of ver ideaal is. Integendeel, het is een realiteit.

We zijn gelijkwaardigen geworden;

probeert te bepalen.

Wanneer de kinderen eenmaal bepaald hebben wie daarin zal slagen dan volgen de ouders deze richtlijn. *Ouders maken het goede kind beter en het slechte kind slechter.* In al deze interacties kunnen we het gebrek aan respect zien: ouders komen respect voor de kinderen tekort en de kinderen respecteren de ouders niet. Ieder kijkt op de ander neer. Gebrek aan respect uit zich door klank in de stem, kritiek, bedreigingen of door bewondering en bescherming. Of we beroven het kind van zijn zelfrespect door het te kleineren of we ontnemen het zijn gevoel van kracht door alles voor hem te doen. Niet alleen moeten we het begrip van wat een goede moeder is veranderen, maar ook het idee van wat een kind is.

We lijden allemaal aan een diepe, niet als zodanig erkende vooringenomenheid t.o.v. kinderen, waarbij we ons niet realiseren welk vermogen een kind heeft om situaties op waarde te schatten of om gebeurtenissen én ouders de baas te worden.

Ongelukkigerwijs telt onze gemeenschap vele experts die deze verkeerde ideeën over kinderen als parasiet of over het kind als biologische zwakkeling die zijn moeder nodig heeft, in stand gehouden. Deze experts adviseren de moeder het kind méér liefde en méér hulp te geven, waarbij ze nog

grotere afhankelijkheid kreëren.

Een goed voorbeeld van het vermogen van een kind om zijn ouders op waarde te schatten is een normaal kind van doofstomme ouders. Het kind huilt. De tranen rollen over zijn wangen, zijn gezichtje ziet rood, het hele lichaampje schudt, het maakt echter geen enkel geluid! het weet dat geluid maken een verspilling van energie is omdat zijn ouders het toch niet horen. Geen enkel kind zal zijn krachten verspillen. Geen enkel kind zal doorgaan met iets te doen, tenzij het erin slaagt te krijgen wat het wenst: aandacht, macht, wraak of bediening.

We moeten de krachten van onze kinderen herkennen. We moeten inzien dat ze meer kunnen dan wij wel denken. We beginnen nu in te zien, dat we doelbewust en systematisch onze kinderen opvoeden om beneden hun capaciteiten te leven omdat we hun leervermogen gedurende de eerste zes jaren van het leven verkwisten. Op dat punt aangekomen denken ze dat ze niet hoeven te leren en dan dwingen we hen te leren. Momenteel denkt men er hard over om de leeftijdsgrens voor lezen te vervroegen omdat vele kinderen met zes jaar geen enkele neiging tot lezen vertonen. In andere landen leren kinderen al op vierjarige leeftijd lezen. Het zal een verrassing voor de meeste mensen zijn

moeder neemt de verantwoording voor alles. Ze zorgt ervoor dat de kinderen goed gekleed en gevoed zijn. Gevolg: voor de kinderen is het niet meer nodig verantwoording op zich te nemen. Meer en meer merken we dat kinderen denken het recht te hebben om alles te doen wat ze willen. Moeder heeft de verantwoording ervoor te zorgen dat het niet uit de hand loopt of gevaarlijk wordt. *Totdat we er in slagen de opvatting te veranderen over wat een goede moeder is, zullen we doorgaan onze kinderen te rütneren en onze vrouwen zullen dezelfde spanningen voelen welke ze vroeger voelden in hun verhouding tot de mannen.* Terwijl de moeder de baas probeert te spelen, eist en dwingt, wordt ze een slaaf van het kind. Het kind leert wel met haar om te gaan, maar de moeder leert niet hoe ze met het kind moet omgaan.

Veel huisgezinnen laten tirannetjes opgroeien die eisen en domineren en de noodzaak niet inzien om verantwoording op zich te nemen. Bijna ieder kind heeft wel de neiging zijn onafhankelijkheid te tonen, door te weigeren om te doen wat hij moet en daardoor de ouders te verslaan. Het droevige ervan is dat goede kinderen vaak de meisjes zijn (of jongens die zich als meisjes gedragen). Kinderen leren niet, goed te WILLEN zijn omdat het nuttig is, maar omdat ze beter willen

zijn dan andere kinderen. *Nergens in de wereld vinden we een zo duidelijke ongelijkwaardigheid als die er bestaat tussen kinderen in een gezin.* Superioriteit wordt versterkt door volwassenen. Waarom? Allereerst is er de leeftijd. De oudste heeft meer rechten en speciale voorrechten. Ten tweede is er de nadruk op goed en slecht. De goede is superior en krijgt een aardige behandeling en eer. De slechten worden verwijten gemaakt, worden gestraft en omlaag gedrukt. In sommige gezinnen worden jongens nog beschouwd als de superieure sexe.

Ouders kunnen zich niet voorstellen dat ieder kind uit het gezin een eigen taak kan hebben noch dat ze verschillende dingen kunnen doen zonder vergeleken te worden op basis van superioriteit of inferioriteit. Daarentegen bevorderen we de wedijver in onze gezinnen, vooral door het eerste kind tegen het tweede uit te spelen. *Het resultaat is, dat waar het ene kind sukses heeft, het andere opgeeft; waar de een mislukt, neemt de ander het over.* Als resultaat vinden we dat het eerste en het tweede kind in vrijwel elk gezin fundamenteel anders zijn in hun capaciteiten, belangstelling, temperament en karakter. Dit is niet veroorzaakt door de aard of door erfelijkheid, maar zuiver en alleen door vergelijken via intensieve wedijver wanneer ieder kind zijn plaats

als we echter doorgaan met elkaar niet als gelijkwaardigen te behandelen, dan kunnen er ernstige problemen ontstaan. Daar waar een poging tot overheersing blijft bestaan, hebben we een staat van oorlog tussen man en vrouw, broers en zusters, blanken en negers, werknemers en werkgevers. De oorspronkelijk overheerste groep wil niet langer overheerst worden en daarom eist het zijn gelijkwaardige rechten op. Onze kultuur is in een crisis-situatie omdat de traditionele methoden van met elkaar omgaan verouderd zijn. Vroeger werden conflicten opgelost door wedijveren; de sterkste bepaalde de oplossing. Nu kan niemand een konflikt winnen. Daarom moeten we leren overeenkomsten te bereiken. We moeten nieuwe methoden leren om elkaar te beïnvloeden. Totdat we die geleerd hebben, zullen we spanningen en onenigheid hebben in onze gezinnen, scholen en gemeenschappen. In het verleden was de oplossing veel eenvoudiger, hoewel deze problemen waar we nu mee gekonfronteerd worden, eeuwen geleden ook al bestonden. De Joden hebben deze ervaring. Mozes leidde "de kinderen van Israël" uit slavernij in vrijheid, terwijl hij 40 jaar lang door de woestijn trok, totdat iedereen die in slavernij geloofd had, was gestorven. Alleen toen konden de Joden zich als vrije mensen in een

vrij land vestigen. Wij zijn niet zo gelukkig. We kunnen eenvoudigweg niet alle mensen die onder de slavenmentaliteit gebukt gaan doden of laten uitsterven.

Wij zijn in een overgangstijd van geweldige verwarring en als de oude autokratische ideologie afsterft en de konsekwenties van democratie nog niet volledig worden begrepen, weten we niet wat juist en wat verkeerd is, en weten we niet wat we moeten doen. We kunnen rustig zeggen dat dit probleem opgelost zal moeten worden binnen de komende twee generaties. Momenteel zoeken we hard naar een oplossing. Hitler en andere dictators hebben ons aangetoond dat niets bereikt kan worden door de klok terug te draaien. We worden gedwongen dit proces van demokratisering te doorlopen. Kinderziekten van de democratie kunnen alleen genezen worden door méér democratie. Welke problemen er ook mogen zijn die het samenleven met elkaar moeilijk maken, ze kunnen niet opgelost worden door terug te gaan naar de oude machtsstructuur van dominantie. We moeten leren met elkaar te leven als gelijkwaardigen. Dit is een taak welke we als individuen en als naties gezamenlijk moeten leren. Het is een opgave welke alle volkeren van deze tijd zullen moeten aanpakken omdat - terwijl er nog veel sterkere autokratische banden bestaan - de demokratische ontwikkeling iedereen



Voor de laatse maal; Wie was Bach ?
 Bach ?..ach Bach !



duidelijke, maar kleine graad van gelijkwaardigheid tussen de beide sexen.

In veel gezinnen vindt het tegengestelde plaats en de mannen gebruiken vaak grappen om hun eigen superioriteit te redden, zonder het eigenlijk te hebben.

Er is een verhaal over twee vrienden die elkaar ontmoetten en over hun huwelijk praatten. Zegt de een: "Oh, we hebben een prima verstandhouding thuis. Mijn vrouw regelt al de kleine problemen en ik regel al de grote". Zegt de ander: "Wat zijn dan de problemen welke je vrouw regelt?" "Oh, de vrouw beslist hoeveel geld we uitgeven, naar welke school de kinderen gaan, of we een huis kopen en waar". "Welke beslissingen neem jij dan?" "Oh, ik bepaal wat we moeten doen in Vietnam en wat onze buitenlandse politiek zou moeten zijn".

Gelukkig is deze mannelijke superioriteit snel aan het verdwijnen. In hun verlangen om gelijkwaardig te zijn doen de vrouwen hetzelfde als wat Adler eens karakteriseerde voor alle mannen die aan een minderwaardigheidscomplex leiden; ze overcompenseren. *Er was eens een tijd waarin vrouwen aan de man gelijk trachtte te zijn door kleren, gebaren en opvattingen van de man na te doen. Dit is niet langer het geval. Waarom? Vandaag de dag willen vrouwen*

met enig zelfrespekt niet meer even goed zijn als de man - ze willen beter zijn. De vrouw van nu kent de sociale regels; ze laten de mannen wel zien wat ze moeten doen en hoe ze zich moeten gedragen. Nog niet zo lang geleden waren het de mannen die de vrouwen lieten zien wat ze moesten doen. Vrouwen hebben nu veel meer intellectuele en artistieke talenten, en wel in het bijzonder de middenklasse. Ze willen geïnformeerd zijn en zijn geïnteresseerd in studeren en opvoeding. Omdat mannen er de tijd niet voor willen nemen en niet voelen dat ze gelijkwaardig kunnen zijn aan de vrouwen, zijn ze meestal niet geïnteresseerd.

Vrouwen besturen het gezin. Op 't ogenblik vinden we in Amerika vrouwen die een grote ijver vertonen om goed te zijn. Meer en meer kinderen groeien op met de overtuiging dat vrouwen goed moeten zijn. Wanneer je een man bent betekent dat, dat je slechts moet zijn. "Als ik me was, ben ik een mietje. Als ik studeer, ben ik een mietje. Als ik gehoorzaam, ben ik een mietje. Als ik zelfrespekt heb, moet ik slecht zijn".

Onze vrouwen worden zo goed, dat noch echtgenoten, noch kinderen een kans hebben. Als we onderzoeken hoe een moeder haar kinderen opvoedt, zijn we verrast te ontdekken dat "een goede moeder willen zijn" of "doen wat een goede moeder zou moeten doen" een fundamentele fout is. Een goede

bereikt - jong en oud, man en vrouw, volwassenen en kind, oude en nieuwe wereld. Spoedig zullen de vrouwen van andere landen willen zijn zoals Amerikaanse vrouwen. Iedere natie zal door deze ontwikkelingsperiode gaan, daarom is het tijd om ons te realiseren, dat gelijkwaardigheid meer is dan een ideaal. We moeten ons realiseren dat het onvermijdelijk is te leren met elkaar samen te leven als gelijkwaardigen.

We moeten onszelf ook zien als gelijkwaardigen t.o.v. ieder ander, een begrip waar we niet gemakkelijk aan wennen. Het ene ogenblik voelen we ons meerderwaardig en het volgende moment minderwaardig.

Deze zorg om onze status zal doorgaan onze geestelijke rust te ondermijnen zolang we "méér zijn dan de ander" als maatstaf voor het meten van persoonlijke waarde blijven gebruiken.

Tenzij we tot het inzicht komen dat we goed genoeg zijn zoals we zijn, zullen we niet in staat zijn in vrede te leven met anderen en met onszelf.

Met deze bewustwording van onze gelijkwaardigheid konfronteren we ons met de noodzaak om te weten hoe we het met iemand oneens kunnen zijn zonder een verminderde waardering voor hen te hebben. We moeten de waardigheid van iedereen respecteren ongeacht wie of wat die persoon is. Natuurlijk is dit in strijd met onze traditie en tegen onze huidige sociale opvattingen.

Juister gesteld, het idee van de ongelijkheid komt uit de gemeenschap voort. Iedere gemeenschap, iedere groep, ontwikkelt zijn eigen maatstaven voor het bepalen van iemands meerder- of minderwaardigheid. Gedurende 7000 jaar van onze beschaving was "geboorte" de enige basis voor superioriteit. Men werd "hoog" of "laag" geboren. Het maakte geen verschil over welke capaciteiten men beschikte; indien men prins was, werd men behandeld met waardigheid, respekt en aanbidding. Indien men "laag geboren" was, kon men geen respekt eisen. Nog slechts enkele honderden jaren geleden schreef een van de grootste meesters op muzikaal gebied, J.S. Bach, een hoogst onderdanige brief aan zijn kerkvaders omdat zij hem bekritiseerden vanwege het te veel tijd besteden aan het schrijven van muziek. Het hebben van geniale talenten gaf hem geen status. Hij was een dienstknecht en werd gedwongen te gehoorzamen. De prins van Brandenburg wenste enige concerten, dus zond Bach hem gehoorzaam zes concerten welke nooit uitgevoerd werden omdat ze niet goed genoeg waren. Toen hij stierf werden zijn manuskripten gebruikt om kruidenierswaren in te verpakken. Er was een tijd waarin iemand die "laag" geboren was zo bleef ongeacht zijn prestaties. Naarmate we democratisch werden en status door geboorte een mindere rol ging spelen, gingen

we een andere maatstaf gebruiken: geld. Iemands waarde hing af van zijn banksaldo. Een professor was niet erg hoog in aanzien, want als hij maar enig gezond verstand had, zou hij in het zakenleven gaan en geld verdienen in plaats van zijn tijd te verkwisten voor zo weinig gewin. Gedurende de oorlogstijd verloren duizenden hun geld en hun leven. Sedert die tijd heeft de verwezenlijking van het democratisch proces enorme vooruitgang geboekt. Blanke overheersing is sterk afgenomen. De macht van werkgevers om de werknemers eisen te stellen, kan niet worden gehandhaafd. Mannelijk zijn verloor zijn grote betekenis en de vrouwen gehoorzamen niet langer blindelings. Vrouwen in Amerika genieten nu meer gelijkwaardigheid dan zij ooit in de geschiedenis hebben gehad; *echter zijn de mensen nog niet bereid het idee op te geven dat er superioriteit en inferioriteit moet zijn.* Daarom scheppen ze een nieuwe maatstaf: geestelijke en morele superioriteit. Iemand met een graad is duidelijk superieur aan iemand met minder opleiding. Dat, terwijl in het oude Rome alleen de slaven een opleiding hadden gevolgd. De Romeinen gingen niet naar school om te leren, omdat er aan ontwikkeling geen status was verbonden. Nu missen we het vermogen om iedereen te beschouwen in de christelijke sfeer voor wat hij IS - een menselijk wezen.

Zelfs Thomas Jefferson moest het gedeelte van zijn uitspraak terugnemen waarin hij stelde dat fundamentele gelijkwaardigheid het mensdom onvervreembare rechten gaf, om er voor in de plaats te stellen dat iedereen als gelijkwaardige geschapen is. *We hebben enorme moeite om gelijkheid te begrijpen, om onze medemensen waar ook ter wereld als gelijkwaardig te zien.*

Zolang we deze moeilijkheid hebben zullen we moeilijkheden met elkaar blijven houden, zullen we vechten en conflicten hebben en nooit in staat zijn in vrede met elkaar te leven, noch om onszelf volledig te verwerken.

Laten we nu eens naar het gemiddelde gezin kijken. Het is duidelijk dat er niet het minste begrip is van gelijkwaardigheid of van respect voor elkaar.

De mannen trachten nog iets van hun oude superioriteit te behouden. Vader weet het niet meer beter; moeder weet nu alles.

Hoe hebben de mannen zich in deze situatie aangepast? Zij laten de vrouw het huishouden regeren en voor zichzelf handhaven ze de kleine eilanden van mannelijk kunnen, waar vrouwen nog niet volledig als gelijkwaardige geaccepteerd zijn, zoals in het zakenleven, politiek en sport. Zij kunnen ook onderdanig zijn thuis en toch superioriteit over vrouwen behouden. B.v. een dertienja-



rige jongen die door zijn twee zussen en zijn moeder gedomineerd werd, had als favoriet tijdverdrijf het schoppen en slaan van zijn zus wanneer ze niet deed wat hij wilde. Hoe vaker hij ervoor gestraft werd, des te meer volhardde hij erin. Uiteindelijk had ik een gesprek met de vader en het werd duidelijk dat beiden eenzelfde minachting deelden voor vrouwen. Ze uitten het slechts verschillend. De jongen was agressief terwijl de

vader de vrouwen beschermde door te zeggen: "Ik moet mijn vrouwen beschermen tegen deze bruto". Dus behandelden zij, ieder op hun eigen manier, de vrouwen alsof die niet in staat waren voor zichzelf te zorgen. Daarbij overtuigden deze mannen hun vrouwen dat zij deze behandeling verdienden; daarom aksepteerden ze het ook, niet wetende wat te doen. Na verschillende adviezen begonnen ze aan het probleem te werken. In dit gezin was een



Verslag van de lezing die op 29 november 1981 voor de Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie is gehouden door Drs. H.W. von Sassen, sociaal-agoog te Wenen

De neurotische levensstijl van mensen en organisaties

Dat mensen een neurotische levensstijl kunnen hebben weten we allemaal. Men kan zich afvragen of het ook mogelijk is dat organisaties een neurotische levensstijl vertonen.

Met organisaties wordt in dit verband bedoeld een onderneming, een bedrijf, een instelling enz., waar mensen min of meer permanent met elkaar samenwerken. In een dergelijke organisatie ontwikkelt zich een bepaalde levensstijl, een manier van leidinggeven, van besluiten nemen, van organiseren en met elkaar omgaan, die typisch is voor die bepaalde organisatie.

Ook de te verrichten werkzaamheden zullen op een specifieke manier worden gedaan. Men heeft een bepaalde arbeidsstijl.

Een organisatie heeft een bepaald doel

Een organisatie heeft bovendien altijd een bepaalde opgave, een doel buiten die organisatie gelegen. Een instelling wordt bijvoorbeeld opgericht om onderwijs te geven, producten te produceren, dienst te verlenen. Een organisatie is met andere woorden in het leven geroepen om in een bepaalde behoefte van de maatschappij te voorzien. Geen enkele organisatie bestaat in feite om zichzelf wille en een arbeidsorganisatie zeker niet. Dat betekent dat we ons af kunnen vragen in hoeverre een instelling zich in haar manier van werken, besluiten en handelen ook bewust op de gemeenschap richt en in welke mate ze alleen het eigen belang op het oog heeft.

Een organisatie kan dus meer of minder "gemeenschapsgevoel" in praktijk brengen en ook neurotische trekken vertonen. Bepaalde handelsondernemingen zijn bijvoorbeeld zo op succes gericht, dat de stijl van naar buiten treden kan imponeren, maar naar binnen ontstaan na enige tijd steeds meer spanningen.

Bedrijven kunnen ook gericht zijn op macht, op het beheersen van alle processen en er voortdurend op uit zijn dat alles goed verloopt en niemand afwijkt van het systeem. Dat heeft ook gevolgen voor de gezondheid van het bedrijf.

Weer andere bedrijven streven naar zoveel mogelijk winst.

Ook een bedrijf kan problemen krijgen

Evenals personen kunnen ook organisaties in problemen komen en in onze tijd komt dat steeds meer voor. In veel gevallen vraagt men dan hulp van buitenaf. (Spreker is werkzaam geweest als organi-

punt een uitvoeriger toelichting geven.

c) liefdesbrief.

Willen jullie niet eens proberen de partner vaker een liefdesbrief te schrijven? Ook daarvoor kun je het groeiboek gebruiken. Wanneer we begrepen hebben dat we met kritiek, afwijzing, vernedering, onderdrukking, met onze relatie niet verder komen, dan kunnen we ons, met de eerlijke bedoeling de partner een liefdesbrief te willen schrijven, misschien eens in rust terugtrekken en onderzoeken wat voor liefs we de ander zouden willen zeggen/schrijven.

Door zulke eenvoudige oefeningen als die welke we hierboven hebben aangegeven, kan men al erg veel voor verbetering van zijn relatie doen.

Als de crisis te groot is, de afkeer te sterk, de problemen te ondoorzichtig, zodat de gedachte om zich met bovenstaande oefeningen bezig te houden op sterke weerstand stuit, dan heeft men persoonlijk advies of therapie nodig. Dit artikel kan niet een therapie vervangen.

Is het voor jullie moeilijk om gevoelens te uiten?

Veel mensen denken dat het antwoord "ja" is. Wij stellen echter vast dat we met de *negatieve, emotionele* communicatie nauwelijks problemen hebben. Als we horen dat er in de Bondsrepubliek jaarlijks 6000 kinderen worden mishandeld en dat 600 van die kinderen aan deze mishandelingen sterven; dat er huizen zijn waar mishandelde vrouwen een onderdak kunnen vinden; als we horen hoe kinderen hun ouders beledigen, enz. dan moeten we daaruit *konkluderen dat we zeer vaardig zijn in het uiten van onze gevoelens.* Wat ons echter ontbreekt is de *vaardigheid om onze positieve gevoelens tot uitdrukking te brengen.* Verwondert U zich er daarom niet over, dat we in onze pogingen, paren te helpen datgene te bereiken waarna zij allen hunkeren, namelijk naar intimiteit, liefde, tederheid, de nadruk zo sterk op de ontwikkeling van de positieve menings- en gevoelsuiting leggen.

Tony en Theo Schoenaker

(Oorspronkelijke titel: Zusammenleben in Ehe und Partnerschaft, uitgave Rudolf Dreikurs Institut, 6492 Sinntal-Züntersbach BRD. Dit artikel is vertaald door Arno Brocken;)

o-o

Op 30 en 31 oktober a.s. organiseert de STIP-regio Ermelo een speciaal-weekeind voor (echt)paren onder leiding van Tony en Theo Schoenaker. (Min. 10 (echt)paren) De kosten zijn f 320,- per paar. Alle inlichtingen en opgave bij het regioadres Ermelo, tel. 03417-54599 (Henk en Riet Pieters)

- 1) 3 à 5 dingen in jouw huwelijk die je heel goed vindt, die jou gelukkig en tevreden maken,
- 2) 3 à 5 dingen die beter zouden kunnen zijn dan ze op dit moment zijn, en die verbeterd kunnen worden,
- 3) 3 à 5 nauwkeurig omschreven dingen die je zelf bereid bent te doen om jouw huwelijk beter en gelukkiger te maken, onafhankelijk van dat wat de ander bereid is te doen.

Als een kwartier te kort is, spreken jullie een andere tijd af. Daarna worden de schriften geruild en nemen jullie nog een uur de tijd om er met elkaar over te praten.

Let op! Blijf bij de positieve en konstruktieve grondhouding. Laat de ander zijn meningen en ontken en bekritiseer die niet!

Bij deze eenvoudige oefening reeds beginnen belangrijke leerprocessen. *We leren de ander in zijn uitingen serieus te nemen*, en hem/haar niet te kleineren of belachelijk te maken bijvoorbeeld als hij vindt dat bepaalde dingen in de relatie verbeterd kunnen worden die je zelf onbelangrijk vindt. Als je nagaat wat je partner eigenlijk bedoelt en hoe hij de situatie ziet, dan kun je leren dat hij anders denkt dan jij; dat hij een zelfstandig individu is, *en niet een kopie van jou!* Menigeen meent dat de partner toch precies zo denken en voelen moet als hijzelf en begrijpt niet dat hij daardoor van zijn partner zijn eigen schaduw wil maken en dat het op den duur heel moeilijk tot onmogelijk is van zijn eigen schaduw te houden.

Als we ons voornemen 3 à 5 dingen ter verbetering van onze relatie te doen, dan moet ieder zijn plannen aan tijd binden. We moeten onszelf en anderen geen beloften doen die niet aan tijd gebonden zijn. Als iemand zegt: "Ik zal vanaf vandaag elke dag.....", dan weten wij dat hij zijn eigen graf graaft! Als iemand zegt: "Ik zal je tot maandag elke dag met een open lach aankijken en je een zoen geven", dan is het door de tijdsbegrenzing beter mogelijk dat hij zijn voornemen kan uitvoeren.

De grootste fout die men nu maken kan is de partner te controleren of hij zijn belofte inderdaad nakomt. De partner te willen controleren (= beheersen) is de beste manier om een goed bedoeld begin te laten mislukken. Het enige wat we te doen hebben is datgene te doen dat we onszelf voorgenomen hebben, onafhankelijk van dat wat de partner doet.

- b) ga met het groeiboek bij elkaar zitten. Ieder schrijft 5 (of als jullie dat allebei willen, 10) punten op die je in de ander waardeert, resp. goed vindt. Men kan ook, hoewel dat voor velen moeilijker is, 5 à 10 punten opschrijven met de aanloopzin:

"Ik hou van je, omdat.....",

Daarna worden de schriften gewisseld; men vertelt elkaar welke gevoelens bij het lezen opkomen. Daarbij blijft men bij het positieve, bij het konstruktieve, men kan dan ook nog bij elk

satie-adviseur en heeft als zodanig dikwijls dergelijke verzoeken gekregen). Dit kan hulp zijn om het bedrijf verder te ontwikkelen, maar ook wel therapeutische hulp. Deze therapie kan zelfs zover gaan, dat de organisatie-adviseur er behoorlijk het mes in moet zetten.

Een verzoek om hulp van een bedrijf kan de hele oorganisatie, een onderdeel daarvan en soms ook een individu daarin betreffen.

Spreker is onlangs tot de ontdekking gekomen dat dit laatstgenoemde werk ook min of meer ten grondslag ligt aan de begingeshiedenis van de werkgemeenschap voor Individualpsychologie. Dr. Delhez, één van de oprichters van de Werkgemeenschap, had namelijk in Dordrecht een I.P.-adviesbureau voor individuele psycho-therapie. Hij werkte ook voor een bedrijf. Mensen van dat bedrijf, die op de één of andere manier moeilijkheden hadden, of mensen die men moeilijk vond, werden voor therapeutische gesprekken naar hem verwezen. In het belang van het bedrijf werd dan een soort individuele therapie toegepast. Dr. Delhez kreeg het erg druk en vroeg daarom de heer van Asperen hem te helpen. Op deze manier is de heer van Asperen in de psycho-therapie terechtgekomen.

Behandeling van het individu of van structuren ?

Wanneer door een bedrijf hulp wordt gevraagd bij het oplossen van problemen staan we volgens spreker voor een dilemma. Individuele mensen hebben hulp nodig, maar er zou ook iets aan de organisatie moeten worden gedaan. Een zeer controversieel probleem: *moeten we beginnen met de opleiding/behandeling van individuen of moeten we (eerst) de organisatie-structuur aanpakken ?*

Om deze vraag te kunnen beantwoorden moeten we volgens spreker in de eerste plaats weten wat er in feite aan de hand is. We moeten dan weten wat het betekent dat een neurotisch mens deel uit maakt van een neurotische organisatie.

Aan de hand van een praktijkvoorbeeld heeft spreker dit duidelijk gemaakt. In zijn hoedanigheid als organisatie-adviseur kwam hij in contact met iemand die werkzaam was op een documentatie-afdeling van een instituut voor wetenschappelijk onderzoek. Deze man werkte met een aantal collega's waar hij het moeilijk mee had. Zijn collega's hadden een grote weerstand tegen verandering en wilden dat het routine-werk dat ze hadden en de manier waarop ze dat deden bleef zoals het was. De man zelf was van mening dat de manier van werken verbeterd kon worden en moest worden. Er was bovendien sprake van dat de afdeling niet productief genoeg was en moest worden opgeheven of gereorganiseerd. Een aantal jaren geleden was er op dat instituut een jongere directeur gekomen, min of meer met de opdracht in het geheel veranderingen aan te brengen.

Er ontstonden in het bedrijf spanningen tussen de directeur en enkele anderen die veranderingen wilden en een aantal oudere werknemers die alles bij het oude wilde laten. Cliënt zag duidelijk dat verandering en bijvoorbeeld ook het overschakelen op computers nodig was. Zijn collega's waren daar echter

tegen. Deed hij voorstellen in die richting, dan werd er vijandig op gereageerd. Een moeilijke situatie die hij graag wilde veranderen, maar hij vreesde van de andere kant de kritiek van collega's. Uit gesprekken met de man is gebleken dat de ambivalentie van enerzijds -de wil tot veranderen- en anderzijds -de weerstand- ertegen, niet alleen in het bedrijf *maar ook in hemzelf aanwezig was*. Hij was een ontmoedigd mens met een grote behoefte aan veiligheid maar tegelijkertijd iemand vol met ideeën, maar te geremd om ook maar iets daarvan te verwezenlijken. Hij had een sterk minderwaardigheidsgevoel en moeite om met anderen in contact te treden.

Om optimaal te kunnen helpen zou er zowel aan het individu als aan de organisatie moeten worden gewerkt. De hulpvraag kwam echter in dit geval niet van de organisatie maar van deze individuele cliënt. Er kon daarom ook alleen maar met de individuele hulpvrager worden gewerkt.

Volgens spreker kun je je afvragen of het geen voordelen had voor de therapie van deze hulpvrager, dat hij werkzaam was in een neurotische organisatie. *Het is als het ware een compensatie van zijn minderwaardigheidsgevoelens te kunnen zeggen dat zijn collega's nog waardelozers zijn dan hijzelf*. Daar ligt ook een uitdaging in er iets aan te veranderen! Hulp van buitenaf kan als het ware proberen zijn capaciteiten te mobiliseren en zijn minderwaardigheidsgevoelens te verminderen. Zijn gemeenschapsgevoel kan op deze manier worden versterkt en dan kan er een proces op gang komen, dat voor de betrokkene een uitdaging vormt zelf iets aan zijn werksituatie te doen.

Dit verslag is gemaakt door Alie Huisman

o-o



Verschenen is:

G.H. van Asperen HUMANISME MET ANDERE WOORDEN

Over de verbintenis tussen

de individueelpsychologische persoonlijkheidsleer

en

de humanistische levensbeschouwing

Het boekje wordt u toegezonden na ontvangst van f 15,- op giro 1162479 ten name van H.M. van Praag-van Asperen, Overdam 1, 1081 CE Amsterdam.

Bij bestelling van meer dan 1 exemplaren reductie.

Koop elk een schrift (dat je misschien later je groeiboek zult noemen)

In dit schrift zul je schriftelijk met de partner communiceren.

Waarom zijn huwelijk en partnerschap zo moeilijk?

Deze vraag heeft ook een aantal Amerikaanse onderzoekers beziggehouden en zij hebben in 1973 enkele honderden huwelijksadviseurs, die met enkele duizenden echtparen gewerkt hebben, gevraagd een vragenlijst in te vullen over de belangrijkste oorzaken die tot moeilijkheden in de huwelijkse relatie gevoerd hadden. In de antwoorden treffen we veel bekende verklaringen aan, zoals:

- conflicten over de opvoeding van de kinderen,
- moeilijkheden in de seksuele relatie,
- problemen met geld,
- problemen met de vrijetijdsbesteding,
- problemen met schoonouders en familieleden,
- ontrouw.

Deze oorzaken komen in het onderzoek met niet meer dan 35% voor. Andere moeilijkheden, als: huishoudelijke problemen en lichamelijk geweld bedragen ongeveer 16%.

-----"Wij kunnen niet met elkaar praten!"-----

Op eenzame hoogte staat echter een thema met 86 % en daarin vinden we het antwoord op de boven gestelde vraag. Het is het probleem van de KOMMUNIKATIE.

Steeds weer, zo melden huwelijksadviseurs, horen we van man en vrouw: "We kunnen niet met elkaar praten".

Zeker, velen kunnen met elkaar praten ;over de kinderen; over de vakantie; over het werk; over het eten; het weer; de politiek; enz. Maar het is moeilijk te spreken over problemen, over gevoelens, over jaloezie, over -zich-verwaarloosd-voelen, over onrechtvaardige behandelings, enz..

We hebben in het huwelijk een veel gevoeliger systeem van communiceren nodig dan we ooit in ons leven in de samenleving geleerd hebben.

In het dagelijks leven met andere mensen beoefenen we een soort misleiding of achterhouden van de waarheid. In een huwelijk leidt dat slechts tot verwijdering. We moeten leren ons te openen, gevoelens mee te delen en het risico te nemen om ons kwetsbaar te maken. Het lijkt een wet te zijn, dat men zich kwetsbaar moet maken om intimiteit, geborgenheid en liefde te verkrijgen.

Aangezien we niet met elkaar praten kunnen, is het schrijven in het opbouwproces één van de belangrijkste hulpmiddelen.

Wat kun je doen?

- a) ga zitten! Ieder neemt zijn groeiboek en schrijft gedurende 15 minuten: