

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individual Psychologie



Nieuwsbrief nr. 19 - 14 september 2011

In dit nummer:

- ❑ Voorwoord
- ❑ 100 jaar Individual Psychologie.
- ❑ Icassi 2011.
- ❑ Agenda Individual Psychologie 2011

Voorwoord

De mens als kiezend wezen.

Toen ik in mei 2011 een weekje in Duitsland op vakantie was, bezocht ik voor een wandeling het 'dal van de vlinders'. Op de plattegrond bij de ingang zag ik verschillende routes, die ik kon lopen. Ik vroeg me af, welke route ik zou nemen. Natuurlijk die route die me naar de meeste vlinders leidde. Maar helaas gaf de plattegrond daarover geen enkele informatie. De enige informatie die ik kon vinden op het bord, was het aantal routes en de afstand die ik per route moest afleggen.

Alsof dat de belangrijkste informatie was! Ik kwam voor de vlinders en was bereid zelfs wat langer te lopen, als ik veel en vooral de mooiste vlinders zou tegenkomen!

'Zijn er eigenlijk wel vlinders in mei?' vroeg ik me af in een poging de keuze voor mezelf te vereenvoudigen. 'Natuurlijk! Ik had thuis in de tuin toch ook al vlinders gezien. Misschien waren er in mei nog niet zoveel vlinders als zomers, maar ze zijn er dus wel! De mogelijke schaarste aan vlinders vanwege het jaargetijde maakte het des te belangrijker om een juiste keuze voor een route te maken.'

Nauwkeurig volgde ik de routes op de plattegrond en bestudeerde op welke punten ze elkaar overlaptten dan wel ontmoetten. Deze informatie bleek mij echter niet te helpen bij mijn keuze.

'En nu?' vroeg ik me af.

Op dat moment schoot mij een artikel te binnen dat ik onlangs las over keuzen maken om je levenspad te kunnen bewandelen en je levensdoel te bereiken. Hierin werd genoemd dat een keuze maken tegenwoordig minder eenvoudig is. Onze vrijheid om onze eigen weg te kunnen gaan en onze rijkdom aan

informatie en welvaart maakt dat veel keuzen binnen ons bereik vallen. En zoals ik al eerder in mijn leven heb ervaren, zijn onze luxe problemen het moeilijkst op te lossen, omdat ze ons op onszelf terugwerpen en geen buiten onszelf gelegen criteria aanreiken. Het verbaasde mij in eerste instantie dan ook niet dat het genoemde artikel sprak over 'keuzestress' en er zelfs melding van maakte dat men in Amerika spreekt over het 'choice paralysis', keuzeverlamming.

Voor de plattegrond van het 'dal der vlinders' herkende ik ineens deze keuzeverlamming. Meer hoe was ik eigenlijk in die 'keuzeverlamming' geraakt?

Tegelijkertijd werd ik me ervan bewust dat Adler ons heeft geleerd dat een van de vaardigheden waarmee de mens zich onderscheidt van andere wezens zijn vrije wil is en dat hij daarmee als kenmerk een keuze makend wezen is. Die menselijke eigenschap en onze levenslange training inclusief onze ervaring moet dan toch voldoende zijn om uit zo'n eenvoudig probleem als een de keuze voor een bepaalde route te kunnen komen?

Ongetwijfeld is het zo dat keuze maken in onze tijd ingewikkelder, complexer is geworden?!

Ik ben bijvoorbeeld nog van de generatie waar zonen doorgaans het beroep van hun vader kozen. Zo'n leven was toch veel overzichtelijker en eenvoudiger dan tegenwoordig. Regels waren toen nog duidelijk, je wist wat er van je verwacht werd enzovoort.

Maar ben ik nu eigenlijk niet bezig om omstandigheden aan te voeren als excuus voor een eventueel verkeerde keuze, zo die al te maken is? En heeft Adler ook niet opgemerkt dat omstandigheden 'slechts' een verleiding zijn, maar dat de persoon in kwestie uiteindelijk bepaalt of het die verleiding zal volgen of weerstaan.

Is er vanuit dat inzicht wel een verkeerde keuze te maken? En wat is een verkeerde keuze?

Heb ik bijvoorbeeld een verkeerde keuze uit de mogelijke routes gemaakt als ik vandaag geen vlinder tegenkom? Maar dan bepalen mijn verwachtingen t.a.v. welke keuzen dan ook of die goed of slecht is. Geen vlinders zien is dan een slecht gekozen route. Maar betekent dat

wanneer ik voor een andere route had gekozen ik wel vlinders had gezien? Die garantie kan niemand mij eigenlijk geven. Bovendien wil ik mijn verwachtingen niet dé doorslaggevende rol geven in de waardering van mijn gemaakte keuze.

Spelen ook andere mede doorslaggevende zaken een rol zoals: hoe verantwoordelijk voel en maak ik mezelf voor mijn keuze? En kan het al dan niet te voorschijn komen van een vlinder bepalen of ik vandaag de juiste route heb gekozen? Sta ik open om van de welke keuze ik in mijn leven maak iets te ervaren of te leren? Of maak ik van elke keuze een soort balans op waardoor ik een compliment of afrekening van mezelf ontvang?

En 'last but not least' heb ik voldoende moed om de gevolgen van mijn keuze te dragen?

Kortom ik kwam tot de conclusie dat er geen goede of verkeerde keuzen zijn. Het gaat veeleer om onze persoonlijke eigenschappen en vaardigheden. En om hoe die keuze past bij ons zelf en hoe dat voelt. Daarnaast is het belangrijk om bij elke gemaakte keuze open te staan voor de ervaring die een keuze ons oplevert.

Toen kon ik los komen van mijn 'keuzeverlamming', koos een bepaalde route, genoot van de natuur, de beweging van het wandelen en kwam zelfs nog bijzondere vlinders tegen ook.

Gerard Kulker
Voorzitter



100 Jaar Individual Psychologie.

Verslag van de 4^e Bemoedigingdag 18 juni
2011:

Individual Psychologie leeft!

Na een reis van een uur komen we bij aan bij de Katholieke Pabo Zwolle.

Er is al een drukte van belang. Jan en Marry Oostijen begroeten ons. Ik ben benieuwd wie er deze dag allemaal komen. We zijn al vroeg,

omdat mijn man in de organisatie zit en ik help mee om de zaal verder klaar te zetten.

Dan druppelen de eerste deelnemers binnen. Ik begroet enkele bekenden. Het is voor mij de tweede Bemoedigingdag die ik meemaak.

Om 10.15 uur wordt de dag door Marry Oostijen geopend. Ze verwelkomt gastspreker Theo Joosten en de internationale gast Gerhard Baumer.



Theo Joosten opent de dag met het thema: Betekenisvolle bijdragen aan samen-leven. Het is een boeiende inleiding, waarin de spreker verschillende zaken aanstipt die het leven met anderen zo waarde(n) vol maakt.

Immers mensen staan altijd in relatie tot elkaar. Wat kun je zelf bijdragen om samen te werken aan verbetering van je relatie, de relatie met anderen, je omgeving? Belangrijk is om mensen in hun waarde te laten. Echte interesse in mensen hebben. Elkaar positief benaderen en vooral moed hebben om dingen te doen. Elkaar bemoedigen geeft flair aan het samen leven.

Respect naar elkaar en het geven van liefde zijn waardevolle zaken in ieders leven.



Na een kleine pauze was er een demonstratie van Gerhard Baumer met een gast uit Duitsland over levensstijl en jeugdherinneringen. De gast vertelde ons zijn jeugdherinnering, over hoe hij als jongetje in een klein dorpje boven Hamburg kwam wonen. Verschillende dingen werden vanuit zijn jeugdherinnering geconcludeerd, zoals de oudste zoon, de roots konden worden verklaard vanuit het feit dat men tot een emigrantenfamilie behoorde, de liefde voor muziek, het trots zijn.....

Een erg interessante demonstratie.

Daarna was er een overheerlijke lunch.

Na de lunch waren er verschillende workshops. Ik had gekozen voor de workshop van Wil Bahlmann en Jannette van Gelder: Hoe ontwikkel je vertrouwen bij kinderen? Vragen die we ons kunnen stellen: Hoe krijg je zelfvertrouwen? Hoe krijg je vat op je levensstijl?

Joke Hoekstra

Icassi 2011

Aan de 44^e Icassi namen dit jaar 250 mensen deel uit 23 landen.

Een persoonlijke impressie:

Icassi 2011 in Hitzkirch, Zwitserland
Deze zomer hebben Jan (mijn man) en ik de tweede week van Icassi in Hitzkirch bijgewoond.

We hebben deelgenomen aan de lessen van Eva Dreikurs Ferguson (Individual Psychology in the workplace) en Marion Balla (Family Dynamics). Daarnaast hebben we 's ochtends boeiende lezingen en demonstraties bijgewoond en waren er ontspannen bijeenkomsten in de avond.

We waren beiden onder de indruk van de kennis en kunde van Eva en Marion en de andere sprekers en hebben genoten van de prettige sfeer van de lerende omgeving die op geen enkel moment een belerende omgeving werd. Het was bijzonder een week lang op te trekken met mensen die allemaal willen leren, of je er nu kwam als docent of student.

We zijn naar huis gegaan met een schat aan informatie, nieuwe ervaringen en inzichten die ons verder zullen helpen in ons werk en in ons persoonlijk leven. Wat een rijkdom dit met elkaar te kunnen delen!

Pauline Hofstra

Volgend jaar vindt in de 2^e helft van juli 2012 voor de 45^e keer de zomerschool van Icassi plaats. Deze keer in Litouwen. Nadere informatie volgt.

Agenda 2011

NWIP

Bijeenkomst : **19 november 2011.**
10.30 uur tot 12.30 uur

Van de deelnemers aan deze workshop wordt een bijdrage gevraagd (€ 7,50) ter bestrijding van de onkosten.

Met kinderen samenleven.



Wat vraagt onze moderne tijd van opvoeders? In een tijd die wordt gekenmerkt door zijn dynamiek, minder vast liggende waarden en normen, aanwezigheid van meerdere culturen en veelzijdigheid aan gezinsvormen en een lux leven?

Kan de Individual Psychologie opvoeders in hun taak ondersteunen?

En zo ja, hoe kun je bepaalde Individual Psychologische uitgangspunten vorm en inhoud geven in je gezin? Hoe stimuleer je het gemeenschapsgevoel en bevorder je een bemoedigende sfeer in huis? Kun je doelgerichtheid vorm en inhoud geven in je opvoedkundig handelen? Hoe ziet een gezin eruit waarin ouders en kinderen vanuit gelijkwaardigheid en wederzijds respect met elkaar omgaan?

Is onze gezinscultuur na de omwenteling van bevelsstructuur (tot ongeveer 1960) naar onderhandelingscultuur verder gegroeid en wat zijn nu de kenmerken? (Is vanuit een Individual Psychologisch gezichtspunt wel een onderhandelingscultuur mogelijk?)

Welke consequenties heeft de veranderende cultuur gehad op onze onderlinge communicatie in het gezin, tussen ouders en kinderen?

Pedagogische vragen, waar iedere opvoeder in onze tijd mee te maken krijgt en die het uitgangspunt vormen voor deze bijeenkomst en die we vanuit de Individual Psychologische invalshoek samen gaan beantwoorden.

In onze zoektocht naar antwoorden zullen we onder leiding van Wil Bahlmann-Stegeman en Gerard Kulker ons vooral richten op onze positieve ervaringen, die vragen om navolging en verbreding.

Van de deelnemers wordt verwacht dat zij kunnen aangeven waarover zij in hun gezin tevreden zijn? En wat ze zouden willen veranderen in hun gezinssituatie?

Wil Bahlmann-Stegeman, heeft in eerste instantie als ouder en daarna door opleidingen in de Individual Psychologie en het geven van bemoedigingstrainingen aan ouders, ervaring opgedaan in het werken met de opvoedingsprincipes van Adler en Dreikurs. Sinds kort heeft zij het "Meer Moed Instituut" opgericht in Assen voor de opleiding tot MeerMoed-trainer.

Gerard Kulker heeft als kind, echtgenoot, vader, grootvader en in zijn werk ervaring opgedaan met spelbehandeling van kinderen in opvoedingsnood en coaching van hun ouders. Zijn HBO en VO studie en studie Individual Psychologie hebben hem bij deze taken ondersteund.

Routebeschrijving:

Antonia-Instituut, Borgstee 44, 9403 TV Assen

Vanaf A 28 Groningen: afslag 34 Assen Noord, rechtsaf richting Assen.

Volg de weg langs de wegwerkzaamheden, tot aan het stoplicht Europaweg Noord: daar links, richting **Ring Oost**, meteen daarna (100 m) bij stoplicht links, en direct (na 20 m) weer rechtsaf, weg volgen (langs "Tuinland", tot einde parkeerterrein), waar de weg rechtsom buigt: links afslaan (op de hoek is de Dierenkliniek) dan na 100 m: nr. 44 (pleintje rond, parkeren langs de weg).

Vanaf A 28 Hoogeveen:

afslag 32 Assen Zuid, bij stoplicht rechts, richting NS-station (P&R).

Weg blijven volgen, na 1 km: NS-station; dan:

Vanaf NS-station Assen (2,5 km):

'Overcingellaan' blijven volgen richting noord (station aan uw rechterkant)

Na 400 m, over viaduct: rechtdoor: Industrieweg, rechtdoor bij resp. stoplicht, rotonde, voorbij Shellstation, dan bij stoplicht: recht oversteken (voorsorteren), en direct (na 20 m) rechtsaf, weg volgen (langs "Tuinland", tot einde parkeerterrein), waar de weg rechtsom buigt: links afslaan (op de hoek is de Dierenkliniek), dan na 100 m: nr. 44 (pleintje rond, parkeren langs de weg).

Vanaf Rolde:

Via Rolder Hoofdweg naar Assen: rechtsaf: Europaweg Oost, richting Groningen. 1e rotonde rechtdoor: Europaweg Noord, 2e rotonde rechtdoor, 3e rotonde rechtsaf: Mahatma Gandhieweg, na 200 m links, dan asfaltweg volgen over 100 m, tot net voorbij de Dierenkliniek: dan in de bocht: rechts afslaan: na 100 meter: nr. 44 (pleintje rond, parkeren langs de weg).

Adler-Schoenaker Instituut

Activiteiten, 2011

- **24/25 september:** start opleiding Meermoed-Trainer
Meer kennis, meer moed!

- **3 t/m 7 november: IP in Praktijk:** 5-daagse blokweek met praktische technieken uit de Individual Psychologie. Leer jezelf beter kennen en neem het stuur van je leven in eigen handen!

E-mail

Ontvangt u de nieuwsbrief nog per post, maar heeft u wel e-mail? Laat de redactie uw e-mail weten en u ontvangt de nieuwsbrief voortaan via uw mail.
