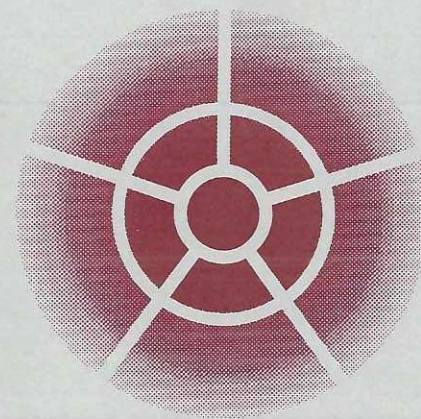
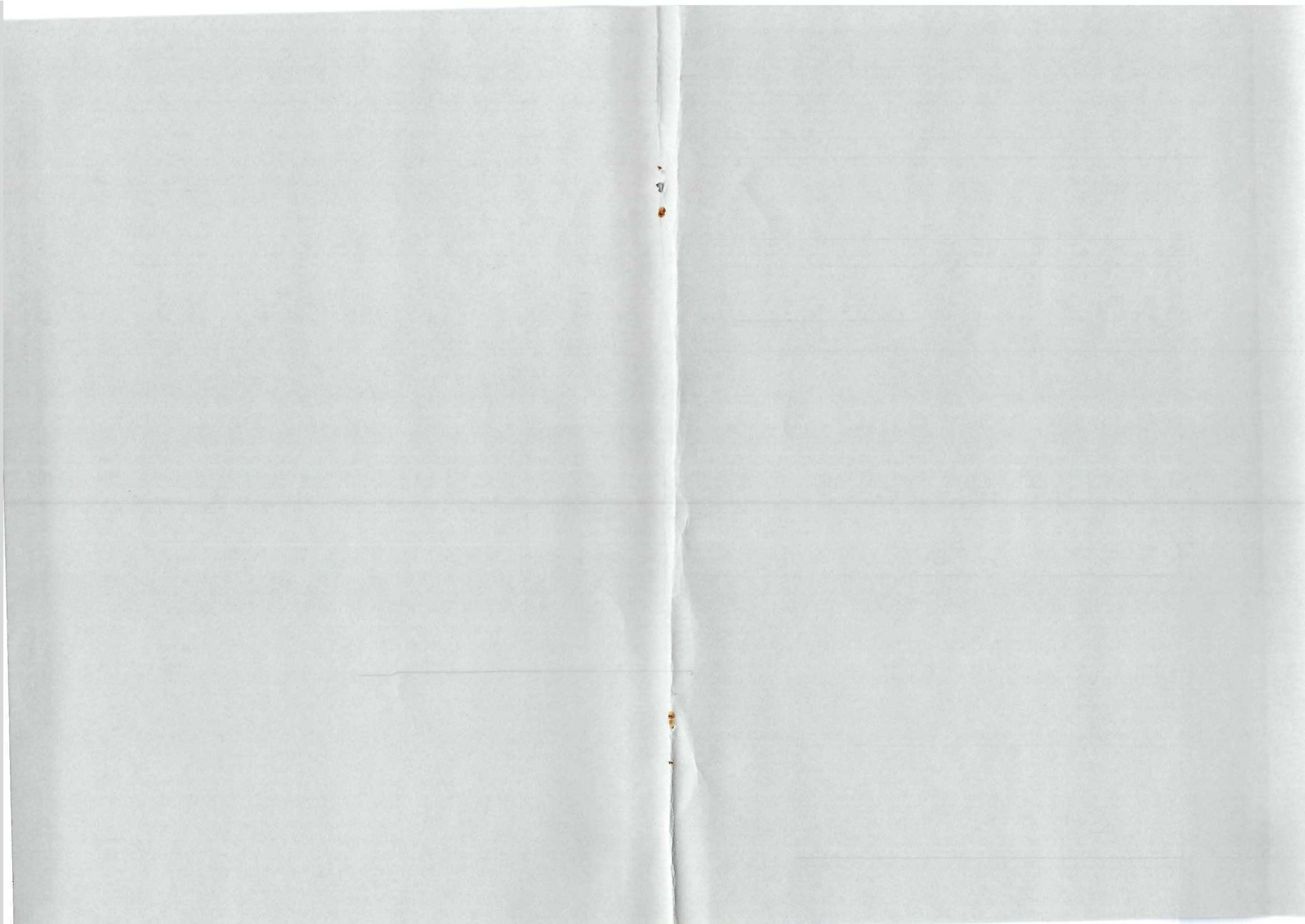


Psychologische Verkenningen Individuele



47^e jaargang, nr. 2

maart 199



AKTIVITEITEN 1999:

Icassi 1999:

Van 18 tot en met 21 juli 1999 wordt in het Wheaton College Boston/Massachusetts, USA voor de 32e keer de ICASSI zomerschool '99 gehouden.

Voor informatie kunt u contact opnemen met:

Theo Joosten,
It Blauwe Slot 15
9084 DL Goutum
Tel. 058 2883415

November 1999: Algemene ledenvergadering NWIP.

De datum van de ledenvergadering zal door het bestuur binnenkort worden vastgesteld. Het bestuur hoort graag van u of u ideeën hebt over een onderwerp voor de lezing voorafgaand aan de ledenvergadering, evenals een plaats om de vergadering te houden.

47e jaargang

Nr. 2 Maart 1999

INDIVIDUAL PSYCHOLOGISCHE VERKENNINGEN

is een uitgave van

Nederlandse Werkgemeenschap

voor Individual Psychologie

redactie adres:
Potgieterlaan 21
2394 VA Hazerswoude Rijndijk
Tel. (071)3416110
E-mail: fam.kulker@wxs.nl

Met deze toelichting is het Australische boek uitgegeven. Het lijkt me eveneens van toepassing op de recente Nederlandse heruitgave, die hopelijk door vele gelezen en besproken gaat worden.

Rudolf Dreikurs en Vicki Soltz,
Kinderen dagen ons uit,
Ooievaar, Amsterdam 1998.
(ISBN 90-5713-305-9)
Prijs: fl. 17,50.

Rudolf Dreikurs & Vicki Soltz,
Happy children,
Australie, 1995.
(ISBN 0 86431 160 5)

Judith Rich Harris,
Het misverstand opvoeding,
Uitgeverij Contact
(ISBN 90 254 211 80)
Prijs: fl. 49,90

ISSN: 1382-5089

Alles uit deze uitgave mag geheel of gedeeltelijk worden overgenomen of vermenigvuldigd in welke vorm dan ook, mits met bronvermelding.

Redactie:
Prof.Dr. C.C. De Keyser
Dhr. G.A.L. Kulker

werd geschreven, het boek reeds in het najaar van 1998 op de markt te brengen. Overleg tussen ons leidde tot een reactie van Eva Dreikurs waarin ze meedeelde zeer verheugd te zijn met dit initiatief, doch zo mogelijk een moderner Nederlands in het boek op prijs te stellen. Aan dit verzoek is geen gevolg gegeven, zodat de tekst ongewijzigd is gebleven. Ook een uitgave met een nieuw voorwoord door Eva Dreikurs was misschien een goede aanvulling geweest. Dit is wel gebeurd in de Australische versie 'Happy children; A challenge to parents' (1995). Dit zal ik hierna in samenvatting weergeven.

Van 'Kinderen dagen ons uit' (Children, the challenge) zijn meer dan een half miljoen boeken in vele talen over de gehele wereld verkocht. De behoefte van hedendaagse ouders aan praktische suggesties voor het opvoeden van hun kinderen is misschien nog wel groter dan toen het boek voor de eerste maal verscheen. De eerste Engelstalige editie kwam uit in 1964 en Dreikurs wilde er een bijdrage mee leveren aan een democratische opvoeding. En velen hebben door toepassing van de ideeën uit dit boek hun opvoedingsstijl veranderd. Veel mensen hebben zich afgevraagd waarom ze de vaak zo voor de hand liggende ideeën niet eerder hebben opgepakt.

Het antwoord hierop kan deels in onze culturele en maatschappelijke omstandigheden worden gevonden. De samenleving als geheel geeft tegenstrijdige boodschappen af. We leven in een tijd waarin we democratische manieren van samenleven propageren, maar we hebben nog niet geheel afgedaan met opvattingen over competitie, minderwaardigheid en superioriteit als zogenaamde onvermijdelijke methoden van menselijke interactie. Ofschoon we serieus zoeken naar relaties gebaseerd op vertrouwen en goede wil, is er een wijdverbreide opvatting dat samenwerking een uitzondering is en conflicten normaal zijn. Volwassenen klagen over ruzies en vechtpartijen in gezinnen, maar ze geloven niet echt dat een vredig alternatief mogelijk is. We weten dat wij respect willen, maar we weten niet hoe respect aan anderen te betonen. Dit boek wil een bijdrage leveren aan wederzijds respect.

Ouders noch kinderen behoeven zich als tirannen te gedragen; ieder kan leren de ander te bemoedigen. De ontmoediging die we in veel gezinnen zien, kan worden vermeden. En hoewel dit boek is geschreven in een periode dat een gezin overwegend uit vader, moeder en kinderen bestond, zijn de omschreven ideeën over opvoeden in alle moderne gezinstypen van toepassing. Het gaat om de onderliggende psychologische inzichten; en wanneer deze goed worden begrepen en toegepast, zijn ze overal effectief. De op toegankelijke wijze beschreven ideeën leveren een bijdrage aan ouders hun kinderen tot participerende burgers in de samenleving op te voeden. Opvoeding tot democratie begint thuis. Wanneer ouders weten wat ze moeten doen, leren kinderen hun gedrag te verbeteren en groeit hun zelfvertrouwen en verantwoordelijkheidsgevoel. Volwassenen moeten leren wat ze moeten doen, en dit boek kan hen daarbij helpen.

Het boek bevat voorbeelden en een schrijfstijl, die vanzelfsprekend gedateerd zijn. De lezer wordt gevraagd hiermee rekening te houden. Culturele en andere factoren beïnvloeden soms het advies inzake specifieke opvoedingsmethoden. Het is van belang te beseffen in welke context het boek is geschreven. Dreikurs zelf zou de eerste zijn geweest om te pleiten voor een goed oordeel en gezond verstand. De context van tijd en plaats moeten altijd in ogenschouw worden genomen. Wat veilig of geëigend is in een bepaalde tijd of plaats, behoeft dat niet altijd en overal te zijn.

INHOUDSOPGAVE

VOORWOORD	5
LEVENSTAKEN BIJ OUDEREN; OUDERDOM ALS LEVENSTAAK	7
VERSLAVENDE GEDRAGINGEN	13
KINDEREN DAGEN ONS UIT	21
ACTIVITEITEN	24

KINDEREN DAGEN ONS UIT

Door Theo Joosten.

Vijfentwintig jaar geleden verscheen in Nederland de eerste druk van 'Kinderen dagen ons uit'. In 1998 is de zesde druk verschenen van dit boek van Rudolf Dreikurs en Vicki Soltz. De tekst op de omslag lijkt nog weinig aan actualiteitswaarde te hebben ingeboet.

In de meeste gezinnen gaat achter schijnbare harmonie een bittere machtsstrijd schuil: ouders proberen hun kinderen hun wil op te leggen, de kinderen verzetten zich daartegen.

Rudolf Dreikurs en Vicki Soltz bieden ouders in Kinderen dagen ons uit een democratisch opvoedingsmodel, gebaseerd op gelijkwaardigheid en wederzijds respect tussen ouders en kinderen.

De eerste uitgave van Bert Bakker (1973) is voor een belangrijk deel te danken aan de 'Werkgemeenschap voor ouders'. De toenmalige voorzitter Theo Schoenaker heeft voor die uitgave het voorwoord verzorgd. Dit voorwoord is ook in de recente uitgave volledig opgenomen. Er wordt daarin gewezen op het belang van de opvoeding. Daarover lezen is niet voldoende, maar men 'moet over de nieuwe opvattingen met andere ouders van gedachten wisselen, anders krijgt men niet genoeg inzicht.' Nieuwe ideeën toepassen over het grootbrengen van kinderen vereist moed. Immers iets veranderen waarvoor we ons sterk verantwoordelijk voelen, is niet zo eenvoudig. Ouders worden door de buitenwereld verantwoordelijk gesteld voor het gedrag van hun kind; of sterker nog krijgen de schuld van het onaangepaste gedrag.

En dit is nog steeds een interessant thema. U hoeft alleen maar te denken aan de recente publikatie van het boek van Judith Harris 'Het misverstand opvoeding' (The Nurture Assumption). De krant USA Today vatte het boek onlangs als volgt samen: 'Het is niet uw schuld als uw kind een seriemoordenaar wordt.' Harris beweert dat kinderen vooral door leeftijdgenoten worden gevormd en dat de ouderlijke invloed sterk wordt overdreven. Het is niet mijn bedoeling nu uitvoerig op dit boek in te gaan. Wel illustreert het dat de discussie over 'opvoeding' nog springlevend is. Een eigen, praktische bijdrage aan deze discussie d.m.v. 'Kinderen dagen ons uit' kan dan ook door Adlerianen alleen maar worden toegejuicht.

Voor de leden van de NWIP is het wellicht interessant iets over de voorgeschiedenis van de recente heruitgave te weten. Van tamelijk nabij heb ik daarvan het nodige mogen meemaken. Al geruime tijd geleden (ongeveer 1990) hebben de Adviescie. en het Bestuur van de NWIP eens gepoogd dit boek opnieuw uitgegeven te krijgen. De uitgever was daartoe wel bereid indien de NWIP garant zou staan voor zo'n fl. 10.000. Het Bestuur besloot hierop niet in te gaan. Lang bleef het rustig, totdat tijdens Icassi in Vilnius (1998) er plotseling een fax van Prometheus Uitgeverij kwam met het verzoek aan Eva Dreikurs akkoord te gaan met een ongewijzigde heruitgave van 'Kinderen dagen ons uit'. Het was de bedoeling, zo

35. Shalauski, J. Personal Practice Models for the Treatment of Alcohol Problems, *Alcoholism Treatment Quarterly*, 1995, 13, 1 (59-68).
36. Sullivan, W. Hartman, D. & Walk, Y. Expanding Horizons: Case Management in Employee Assistance Programs, *Alcoholism Treatment Quarterly*, 1995, 112, 3 (43-54).
37. Suman, L.N. & Nagalakshmi, S.V. Family Interaction Pattern in Alcoholic Families, *Ninrhaus Journal*, 1995, 113, 1 1 Jan. (47-52).
38. Woodward, B. & McGrath, M. Charisma in Group Therapy with Recovering Substance Abuses, *International Journal of Group Psychotherapy*, 1998, 38, 2 Apr. (223-236).

VOORWOORD

Voorafgaand aan de jaarlijkse ledenvergadering van de NWIP is een workshop gehouden over bemoediging. De workshop werd gegeven door Margriet Ebbing van Ampting en Jacomien Souverijn. Beiden zijn in Nederland actief als lid van de werkgroep Encouraging Nederland. De workshop gaf een goede indruk van de encouraging training, die door de leden van de werkgroep in Nederland op verschillende plaatsen wordt gegeven. De ochtend bezorgde de deelnemers een aantal aparte ervaringen zoals: rust, tot jezelf komen, anderen ontmoeten, ervaringen uitwisselen, luisteren, begrijpen en andere bemoedigende bezigheden.

Bemoediging speelt in het leven van ieder zich ontwikkelende mens een centrale en motiverende rol. Bemoediging is in waarde en voorkomen te vergelijken met een diamant. De facetten, die bemoediging heeft en geeft, laat de ontvangen lichtstralen binnen en weerkaatst ze tegelijkertijd in schitterende kleuren naar buiten, waardoor het zowel zichzelf als de omgeving doet op leven en stralen.

In het artikel van dr. Rachaël Shifron wordt nader ingegaan op de belangrijke rol die bemoediging in ieders leven speelt. Bemoediging is nodig om als mens de moed te hebben om onvolmaakt te zijn, zoals een mens nu eenmaal is, en zijn leven op te nemen en zijn functioneren te ontwikkelen. Zij schetst vier vitale krachten, die bemoedigend werken: 1. zich verbonden weten met anderen; 2. Het gevoel te hebben om bekwaam te zijn voor het leven; 3. Overtuigd zijn dat 'jij er toe doet'; 4. De moed hebben om je talenten aan te wenden. Op zich lijken het zulke vanzelfsprekendheden. Maar als we naar onszelf kijken, zijn we er dan van overtuigd zelf die vitale kracht voldoende in ons te bezitten en die kracht te delen en uit te stralen naar de mensen om ons heen? Rachaël Shifron geeft aan dat bemoediging een belangrijk preventieve rol voor de zich ontwikkelende mens speelt. Voldoende bemoedigde mensen zullen niet gemotiveerd zijn om wraak te nemen door zichzelf of anderen te beschadigen.

In het artikel van Nanni Wirth lezen we dat bemoediging niet aan een leeftijd gebonden is, maar dat het gedurende ons hele leven een rol speelt. Vooral ook als men voor de levens-taak 'ouderdom' komt te staan.

Ik wens u veel lees plezier en bemoedigende ervaringen toe.

Gerard Kulker

Het volgende nummer van *Individual Psychologische Verkenning* verschijnt in juli 1999. Kopy dient voor 1 juni 1999 bij de redactie te worden ingeleverd. Bij voorkeur in WP 5.1.

19. Dreikurs, R. The Adlerian Approach to therapy,
In contemporary Psychotherapies, ed. Morris, L. Stein New York, 1961, PP (80-94).
20. Dreikurs, R. Holistic medicine and the function of neurosis,
The Journal of Individual Psychology, 1960, 33 (171-192).
21. Dreikurs, R. Social Interest: The basic of normalcy,
Counseling Psychologist, 1969 (45-48).
22. Dreikurs, Eva Adlerian main Concepts,
Presentation Icassi England, 1996.
23. Fisher, E.
A single Site Treatment Evaluation Study of a Military Outpatient Drug and Alcohol
Program. Alcoholism Treatment Quarterly, 1995, 12, 4 (89-95).
24. Hall, P.K. Woman and Alcoholism:
The impact of family of origin issues during recovery and Relapse.
Dissertation, The Humanities and Social Sciences, 1995, 55, 11, May, 3655-A.
- 25.1. Kurtz, Garvin, Carles, Hill, Pollice, McPherson&Powell,
Involvement in Alcoholics Anonymous by Persons of Dual Disorders,
Alcoholism Treatment Quarterly, 1995, 12, 4 (1-18).
- 25.2. Knight, B.M. Using Hypnosis in Private Social Work Practice,
Journal of Independent Social Work, 1991, 5, 2 (43-52).
- 25.3. Kharai Farzaneh, S.A.
The Effect of Family History of Alcoholism on the Pattern of Motivation in Young
Adult, offspring Dissertation-International, The Humanities and Social Sciences, 1995,
565, 1, July 368-A.
26. Linden, B. Excuses Excuses,
Journal of Individual Psychology, 1993.
27. Milna, J.R.&Ketcham, K. Under the Influence,
Bantam Books, 1983.
28. McCabe, Thomas Victims No More,
Hazelden. Minn. U.S.A., 1978.
29. Miller, N.S. History and Review of Contemporary Addiction Treatment,
Alcoholism Treatment Quarterly, 1995, 12, 2 (1-22).
30. Mithen, B. Factor Analysis of Alcohol abuse and Dependence,
Symplon items in the 1988 National Health Interview Survey.
Journal of Addictio 1995, 90, 5, May (637-645)
31. Root, M.P. Treatment Failures:
The Role of Sexual Victimization in Woman's Addictive Behaviors,
American Journal of Orthopsychiatry, 1989, 59, 4, Oct. (542-549).
32. Scriven, P.A. Adult Children of Alcoholics,
Dissertation. Humanities and Social Sciences, 1995, 55, 10 Apr. 3325-A.
33. Seixas, Judith&Geraldine, Youcha. Children of Alcoholism,
Harper&Row Publishers, New York, 1985.
34. Schmidt, L.A. The Role of Problem Drinking in Psychiatric,
Admission Addiction, 1995, 9093, Mar (375-389).

Bibliografie:

1. Adler, A. The Science of Living.
New York: Greenberg, Publisher. 1929. Reprinted, Garden City, N.Y. Anchor Books, 1969.
2. Adler, A. What Life Should Mean to you.
Ed A. Porter. Boston. Little Brown, 1951. Reprinted: N.Y. Outnam Capricorn Books, 1958.
3. Ansbacher, H.L. and Ansbacher, R.R. The Individual Psychology of Alfred Adler,
Edited. Basic Books Inc., 1958.
4. Bau, S.F. Alcoholism in Brazil-the role of personality and Susceptibility to Stress,
Journal of Addiction, 1995, 905 S. May (6931-698).
5. Barber, T.G. Computer Assisted Drug Prevention. Journal of Substance Abuse
Treatment, 1990, 7, 2, 125-131.
6. Barry, H. Analysis of Alcohol Problems,
Journal of Cross Cultural Research, 1995, 29, 1, Feb. (58-69).
7. Bettner, B.L. & Lew, A. A parent's guide to understanding and motivating children,
Conuexious Press, 1996.
8. Bickelhaupt, E.E. Alcoholism and Drug Abuse in Gay and Lesbian Persons.
Journal of Gay and Lesbian Social Services, 1995, 2, 1, (5-14).
9. Bewley, A. Wellners beyond A.A.: Testing the Theory of Meta-Recovery,
Alcoholism Treatment Quarterly, 1995, 13, 1, (1-15).
10. Brecher, E.M. Licit and Illicit Drugs,
Little, Brown and Company, Boston, U.S.A. 1972.
11. Cooper, Feryle & Armstrong,
Alcoholics Anonymus, Spirituality and the Collective Conscious,
Dissertation-International- The Humanities and Social Sciences, 1995, 55.8 Feb. 2588-A.
12. Cox, W. Miles & Hendrickson,
Identifying and Categorizing Alcoholics, Nondrinking Concerns,
Alcoholism Treatment Quarterly, 1995, 13, 1, (29-43).
13. Coleman, S. Davis, D. Family Therapy and Drug Abuse-Anational Survey,
Family Process, 1978, 17, 1, Mar (21-29).
14. Dove, W.R. Ethics Training for the Alcohol/Drug Abuse Professional,
Alcoholism Treatment Quarterly, 1995, 12, 4, (19-3).
15. Drake, A. Buters, Nelson, Shean, Smith, Bordy & Schuckit,
Cognitive Recovery with Abstinence and it's Relationship to Family History for
Alcoholisme, Journal of Studies on Alcohol, 1995, 565 1, Jan (104-109).
16. Dreikurs, R. Corsini, R. Lowe, R. and Sonstegard, M.
Adlerian Family Counseling, England, Ore, University of Oregon Press, 1959.
17. Dreikurs, R. And Dinkmeyer, D.
Encouraging Children to Learn, the Encouragement Process,
Englewood Cliffs, N.J. Prentice-Hall, 1963.
18. Dreikurs, R. and Mosak, H. The Tasks of life, The fifth life task,
The Individual Psychologist, 1967, 5 (16-22).

LEVENSTAKEN BIJ OUDEREN; OUDERDOM ALS LEVENSTAAK

Lezing gehouden tijdens ICASSI juli 1998 te Vilnius, Litouwen.

Door: Nanni Wirth, Zwitserland.

Vertaling: Theo Joosten.

'Wat betekenen levensstaken voor ouderen?' vroeg ik aan verschillende hoogbejaarde mensen in mijn omgeving.

Hier volgen een paar antwoorden van deze mensen:

'Er wordt niet veel meer van je verwacht', zei een 90 jarige vrouw met weemoed in haar stem terwijl zij achterover leunde.

'Doorgaan met wat je vroeger hebt gedaan, zo lang het gaat', meldde een rustige 80 jarige. 'Niets meer, dat alles ligt nu achter me', meende een meer dan 90 jarige, die nog de actuele ontwikkelingen volgt evenals de ontwikkelingen van haar kleinkinderen en achterkleinkinderen.

'De moeilijkheden van de ouderdom op me nemen zonder ontevreden te zijn', reageerde een 91 jarige, die eronder leed zijn levensinhoud te hebben verloren.

'Bereid zijn tot alles', zei mijn 82 jarige vriendin.

Zij allen weten na een lang leven en zonder kennis van de Individualpsychologie (IP) dat een mens tijdens zijn leven voor levensstaken wordt gesteld. De levensstaken komen juist elke dag op een mens af. Niemand van deze oude mensen zei: 'Levensstaken - wat bedoel je? Daar heb ik niets mee te maken!'

Levenservaring hebben, betekent dat je weet hebt van levensstaken die het leven stelt. Dat daarin uitdagingen liggen waar de mens in meer of mindere mate tegen opgewassen is en waarvan een mens kan groeien door ermee om te gaan.

Als Alfred Adler over levensstaken spreekt, dan is dat niet alleen een begrip maar een geheel concept. Hij bedoelt daarmee dat er dingen in het leven zijn waaraan we ons niet kunnen onttrekken en vaak zijn we ons daarvan niet eens bewust. Het gaat om levens thema's waar elk mens tegenaan loopt en die tot bepaalde beslissingen leiden.

Zodra we volwassen worden en de verantwoordelijkheid voor onszelf en onze levenswijze op ons hebben genomen, kiezen we een wijze van omgaan met deze thema's. Hoe we met deze levensstaken omgaan, heeft niet alleen invloed op onze levensstijl maar ook op de ontwikkeling van onze persoonlijkheid.

Adler noemt in beginsel drie levensstaken waarvoor de mens staat:

-De sociale relaties, de noodzaak van socialiseren die veronderstelt dat ieder zijn plaats in de omgeving moet ontwikkelen en relaties opbouwt. Ieder moet een wijze van communiceren en samenwerken vinden, opdat gezamenlijke doelen en de oplossing van gezamenlijke con-

flichten kunnen worden nagestreefd.

-Zichzelf kunnen onderhouden door middel van werk om de gemeenschap niet ten laste te zijn en om deel te nemen aan de verdeling van arbeid, die noodzakelijk is voor het realiseren en verbeteren van bestaansvoorwaarden en om een levensbehoefte te vervullen.

-Het respecteren van de eigen en andere sekse en het omgaan met de seksuele rollen, zoals ze in die tijd begrepen werden. De bereidheid zich in liefde met een andere mens te verbinden, lichamenlijk en geestelijke nabijheid toelaten. De beslissing tot voortplanting en gezinsvorming en de zorg van nakomelingen.

Rudolf Dreikurs en Harold Mosak hebben in 1967 aan deze levensstaken twee toegevoegd:

-Het omgaan met jezelf en de eigen sterfelijkheid. De ontwikkeling van de eigen begaafdheden en de acceptatie met wat is en wat was.

-De relatie tot het transcendentale; de verhouding tot het goddelijke, tot de natuur en tot het scheppend vermogen. Het betrekken van het geestelijke in ons leven.

Wanneer ik als begeleider contact opneem met een cliënt is het eerste wat mij interesseert: hoe staat deze persoon ten opzichte van zijn levensstaken? Want de wijze waarop daarmee wordt omgegaan geeft een aanwijzing voor de graad van moed waarmee iemand in het leven staat. Daar de levensstaken worden ingevuld naar wat Adler 'de ijzeren logica van het samenleven' noemt, wordt in de mate van invulling van de levensstaken ook de graad van de geestelijke gezondheid van de cliënt zichtbaar. Wanneer er problemen met het leven voorkomen, heeft het onmiskenbaar te maken met het gegeven dat iemand zijn levensstaken niet aankan. Daaronder lijdt de geestelijke gezondheid, de innerlijke balans wordt verstoord.

Wat gebeurt er nu tijdens de ouderdom met de levensstaken?

Ouderdom kent drie grote thema's door de jaren heen. In tegenstelling tot de levensstaken kan men zich aan deze thema's niet onttrekken alsof ze niet bestaan. Deze thema's zijn een deel van het rijpere leven. De enige keus is de wijze waarop ermee wordt omgegaan. Deze thema's zijn:

-Leven met de nauwelijks stuurbare veranderingen (en deze zijn steeds meer te verwachten).

-Het onvermijdbare afscheid nemen van hetgeen wat is geweest (met als gevolg het moeten leren 'loslaten').

-De korter wordende levensperiode en de naderende dood.

De levensstaken worden meer en meer in deze drie thema's ingebed. De ouder wordende mens treedt de levensstaken onder nieuwe omstandigheden tegemoet. En daarmee veranderen zin, kwaliteit en betekenis van de afzonderlijke levensstaken. Overigens behouden ze hun waarde, dat wil zeggen dat de vormgeving van en tevredenheid met het leven ervan afhangen of en hoe deze taken worden opgenomen en in de laatste jaren kunnen worden geïntegreerd.

Wat gebeurt er als de maatschappelijke regelingen iemand dwingen met 60 zijn werk op te geven? Wat gebeurt er als de kinderen de deur uit zijn, of als de levenspartner sterft? Wat

4. Verslavende gedragingen van ouders, broers of zussen.

5. Gevoelens van afwijzing door de ouders.

In al deze factoren of gedachten zit een ontsnapping van het echt omgaan met de spanningen/uitdagingen van het leven.

De angst om de gezinsrollen te veranderen kan resulteren in het eerste verslavende gedrag: de verslaving aan de eigen 'toegewezen rol' en leefregels. Daarom ligt in de Adleriaanse oudergroepen de nadruk op de noodzaak kinderen verschillende rollen te laten spelen (Lott en Intner, 1994 en Lew&Bettner, 1996). Het 'goede, gehoorzame' kind kan ondeugend zijn en omgekeerd. Ach Jota en ik leidden gedurende 11 jaar een cursus voor leraren en begeleiders in het Israel College met als titel 'Adolescentie, de leeftijd van verschillen tussen mensen en veranderingen in mensen'. Als leraren, begeleiders en ouders het feit accepteren dat het goed is voor leerlingen om van 'toegewezen rollen' te veranderen, zullen deze jongelui dat eerder zelf accepteren.

Bemoediging:

Adler (1958), Dreikurs (1964) en Achi (1983-1994) benadrukten het belang van de moed onvolmaakt te zijn om het eigen functioneren in het leven te verbeteren. De angst om onvolmaakt te zijn kan leiden tot de angst voor het toelaten om bang te zijn. Om deze moed te bezitten heeft men bemoediging nodig. Blootgesteld worden aan voortdurend negatieve opmerkingen, kritiek of overmatige bescherming elimineert deze moed (Nicoll, B. 1996, Icassi). Om te kunnen bemoedigen moet men zich bewust zijn van andermans levensstijl. Wat voor de een als bemoediging wordt beschouwd, mag door een ander totaal verschillend worden ervaren (Dreikurs, Dinkmeyer, 1963). Het is een langdurig proces en kan niet even kortdurend. Het is essentieel dit gegeven te benadrukken, want onderdeel van de verslavede gedragingen is het zoeken naar een snel succes en wij zijn er om VERANDERING te bereiken. Vooral het bereiken van een andere houding vraagt ook van de therapeut om lange adem. Vaak komen patiënten, die al in een gevorderd stadium zijn, na vele jaren. Het percentage van verslaafden, dat volledig geneest, is erg klein. Daarom is het van belang energie en tijd in preventie te steken. Wanneer ik over preventie praat, bedoel ik niet dat we meer geld moeten investeren in programma's ter bestrijding van alcohol- en drugsgebruik. Ik wil het belang van luisteren benadrukken; het bemoedigen en het beklemtonen van de sterke punten van kinderen in plaats van hun fouten. Dan zullen kinderen niet gemotiveerd raken om wraak te nemen door zichzelf te beschadigen en erger nog ook anderen, zoals uitgegezet door Bettner en Lew (1996). Het gaat om vier vitale krachten:

- | | |
|--------------------------------------|-------------|
| * verbonden zijn; | (connected) |
| * gevoel van bekwaamheid; | (capable) |
| * de overtuiging dat het ertoe doet; | (count) |
| * de moed je talenten aan te wenden. | (courage) |

'De samenleving gaat richting democratie, omdat dit de enige manier is om ieder te laten bijdragen', zei Eva Dreikurs tijdens haar lezing over Adleriaanse ideeën (Engeland, 1996). Daarom is het belangrijk te werken aan de geestelijke gezondheid van het individu; bij te dragen aan de moed de eigen capaciteiten te benutten voor en met de samenleving. Dit zijn de geëigende preventieve programma's.

'Als ik drink, heb ik de moed te doen wat ik nog nooit heb gedaan', zei de probleemdrinker.

'Als ik drugs gebruik voel ik me gelukkig en bevrijd van mijn angsten en daarom beter dan anderen', zei de drugsverslaafde.

'Als ik niet eet, ben ik de baas over mijn eetlust', zei het meisje met anorexia.

'Als ik zoveel eet als ik wil en daarna overgeef, win ik tweemaal. Ten eerste hoef ik geen grenzen te stellen aan mijn eetgewoontes en kan altijd en overal van genieten. Ten tweede: na er genoeg van te hebben, blijf ik ook nog slank', zei het meisje met bultziekte. Wat een ontdekking! Geen wonder dat zoveel jonge meisjes deze creatieve methode gebruiken.

Maar omdat het gevoel van macht schijn is, ontwikkelt zich langzamerhand de verslaving naar de inhoud die dit gevoel veroorzaakt.

Verslavingen zijn dynamische gedragingen. Ze blijven niet op één niveau, maar ontwikkelen zich permanent. Daarom is in een vergevorderd stadium van verslaving het doel: de baas te worden over de verslaving.

Bijvoorbeeld:

Een typerend spelletje van een alcoholist is te bewijzen dat hij sterker is dan de alcohol, die hij nuttigt. Daarom stopt hij niet eerder dan dat de alcohol hem weer de baas is en deze de alcoholist verslaat. Daarna is er een goede reden het spelletje weer over te doen!

Hoewel dit voorbeeld over de alcoholverslaving gaat, geldt hetzelfde voor elke verslaving. Dit is de paradoxale cirkel van de verslaving. Op het vergevorderde niveau van de verslaving is deze fysisch/chemisch en psychologisch. En de strijd om de macht speelt zich af in de persoon: kan ik of kan ik niet winnen van mijn verslaving?

De vraag is:

Waarom ontwikkelen sommigen verslavend gedrag en anderen niet? Alle mensen streven naar een gevoel van 'erbij-horen'/naar zinvolle relaties; naar een gevoel van nodig zijn/van waardevol zijn. Ondanks dit gemeenschappelijk doel gaan sommigen met deze behoefte om door eraan te ontsnappen en anderen door de moeilijkheden aan te pakken.

Wie zijn zij die ervoor kiezen te ontsnappen aan de levensstaken?

Om de individuele verslaving te begrijpen moet men vanuit een Adleriaans standpunt de levensstijl begrijpen. Dit betekent zicht krijgen op: de gezinsconstellatie van de persoon; de perceptie van zichzelf en de wereld en de verwachtingen van zichzelf en het leven. Zoals ik al eerder zei, is het hoofddoel van het leven zich te verzekeren van een gevoel 'erbij te horen'. Om dit doel te bereiken kiest elk gezinslid een specifieke, unieke rol in het gezin. De rol, die de persoon in staat stelt zich aanvaard te voelen en de juiste aandacht te krijgen. Wanneer deze rol in een latere fase niet meer bijdraagt aan het gevoel van 'erbij horen', kunnen sommigen beginnen te zoeken naar een ontsnapping.

Tijdens een korte cursus in Griekenland (1996) maakten we een lijst van factoren, die kan dienen als een voorspelling voor het ontwikkelen van verslavende gedragingen. De factoren/voorspellers zijn uit jeugdherinneringen gehaald.

1. Hoge, onrealistische verwachtingen van zichzelf en anderen.
2. Onopgeloste traumatische ervaringen in elke levensfase, niet alleen uit de kinderjaren.
3. Gebrek aan grenzen, hetgeen typisch is voor niet-democratische gezinnen en voor verwende kinderen.

gebeurt er als een mens de verbinding met de sociale omgeving verliest terwijl de lichamelijke en geestelijke toestand zo verslechtert dat deelnemen bemoeilijkt of onmogelijk wordt?

Deze veranderingen dragen bij aan nieuwe verhoudingen tot de levensstaken. Hetgeen een mens langere tijd 'goed' heeft gedaan; wat een zekere stabiliteit, een gevoel van evenwicht heeft gegeven, wordt bedreigd. Het lijkt op het veranderen van een deel van een mobiel, dat beïnvloedt ook het geheel en doet het soms uit balans geraken.

Ook de levensstaken hangen met elkaar samen. Wanneer één levensstaak wegvalt, kan ook een ander worden beschadigd. Ten einde een nieuw evenwicht te vinden, is een hernieuwde oriëntatie nodig. Daarvoor is echter geestelijke flexibiliteit nodig. Die maakt het mogelijk dat afzonderlijke levensstaken worden omgevormd; door nieuwe facetten als verrijkt worden beschouwd. Van deze flexibiliteit hangt af of het belang van levensstaken anders kan worden ingevuld. 'Bereid tot alles', zo omschreef mijn 82 jarige vriendin het. En daarmee bedoelde ze niet alleen bereid zijn tot sterven maar ook tot leven.

U kent allen van die oudere mensen, die evenwicht en tevredenheid uitstralen. Het zijn mensen die hun verhouding tot de levensstaken konden vernieuwen. Ze benutten daarmee nieuwe mogelijkheden.

- Het is nu misschien niet meer betaald werk waarmee ze de levensstaak 'werk' vervullen. Maar een bijzondere maatschappelijke inzet of een hobby voor iets, die ze allang zouden invullen en waarvoor nu eindelijk tijd is. Belangrijk daarbij is niet het werk op zich maar de intensiteit van de betrokkenheid; het engagement. Het gaat om het gevoel van waarde te zijn. Oude mensen die nog aan uitdagingen deelnemen, voelen zich beduidend meer tevreden. Juist voor onze oudere generatie van wie veel van het leven is verlangd, betekent niet meer van nut zijn ook niets meer waard zijn. Een bittere teleurstelling.

Is deelname aan het werk niet meer mogelijk dan kan een oudere - ondanks beperkingen - nog allerlei dingen doen, die hem het gevoel geven ergens goed voor te zijn en door eigen belangstelling vreugde te beleven. Bijvoorbeeld foto's ordenen voor de nakomelingen; vogels bestuderen; rolstoelers bezoeken en/of begeleiden.

- Wellicht is niet meer de zo lang vervulde zorg voor het gezin aan de orde als tijdens de middelbare leeftijd. In plaats daarvan kunnen tot nu toe niet vervulde elementen van de geslachtsrol worden gevonden. Er wordt een nieuwe liefdesrelatie aangegaan, waarin andere dimensies voorkomen. Het moederlijke of het vaderlijke kan worden veranderd en komt nu misschien naar voren in de begeleiding van de volgende generatie. Ook als het seksuele niet meer zo'n grote rol van betekenis speelt, toch blijft ook de oudere een man of vrouw. Hormonale veranderingen tijdens de ouderdom en de ervaringen tijdens de uitgesproken geslachtsrollen stellen juist de oudere mens in staat om gedurende hun latere jaren zich volledig uit te drukken. Door de rolverwachting van de maatschappij was dat eerder vaak niet mogelijk. Het is bijvoorbeeld mogelijk dat een bejaarde vrouw meer verantwoordelijkheid en autonomie op zich neemt. Of dat een man zijn zieke vrouw verpleegt. Tederheid kan in de relatie op een nieuwe wijze worden beleefd. Verlieft worden is mogelijk zolang men leeft!

Het is bijna gewoon dat 60 en 70-jarigen hun ouders nog hebben. De verzorging, die ze vroeger aan hun kinderen gaven, tonen ze nu vaak bij hun ouders. De begeleiding van kinderen en kleinkinderen brengt in de huidige samenleving ingewikkelde zaken met zich mee. Door scheidingen en nieuwe huwelijken ontstaan de 'Patchwork-families'. Dit nog overzien en nieuwe relaties opbouwen, is voor oudere mensen niet gemakkelijk. Het leidt tot een berustende houding; dat kan ik niet meer volgen. En toch kan zo'n wijd vertakte familie het leven van een mans rijker maken, wanneer ze ook aan veranderende familieverhoudingen deelnemen.

- Het is misschien niet meer het engagement in de maatschappij dat van groot belang is. Maar de medemenselijkheid wordt merkbaar en de verbondenheid met de mensheid wordt uitgedrukt in gedachten over grote gebeurtenissen of over het welbevinden van de naasten. Men voelt zich betrokken op en geeft vertrouwen aan. Ook de oudere mens is tot zijn dood deel van de sociale omgeving. Alleen de kwaliteit van de levensstaak 'samenleving' verandert. Het net van de sociale relaties krijgt grote mazen: vrienden overlijden, verhuizen leidt tot verlies van bekende burens. De energie voor een nieuw engagement inzake sociale relaties verdwijnt.

Dit alles hoeft echter niet tot een terugtocht te leiden, maar kan ook betekenen dat de resterende relaties intensiever worden. Zo worden oude betrekkingen vernieuwd en ontstaan nieuwe rollen. Er worden bijdragen aan de samenleving geleverd wanneer oude mensen de zorg van hun begeleiders accepteren. Wanneer grootouders hun kleinkinderen familie verhalen en culturele tradities bijbrengen. Wanneer verzorging leidt tot diepgaande gesprekken of instemming met de zorg wordt getoond. De levensperiode wordt elke dag korter en de ontdekking dat men van verandering naar verandering gaat, leiden tot andere prioriteiten. Steeds belangrijker worden de twee levensstadien die door Dreikurs en Mosak zijn genoemd. De positiebepaling ten opzichte van deze taken en het omgaan ermee zijn ook mogelijk als de verbinding met de buitenwereld beperkt is. Het werk is gedaan, de maatschappij gaat zijn gang, seksualiteit speelt geen grote rol meer. Steeds meer op zichzelf teruggeworpen, wordt de oudere mens met de levensstadien geconfronteerd en met het zichzelf accepteren in deze wereld zoals hij is. De mens wordt met het stijgen van de leeftijd in toenemende mate zichzelf. Voor compensatie blijft steeds minder kracht over. Het bezig-zijn met wie men is geworden en hoe men in het leven staat, staan centraal.

Misschien heeft een oudere daarbij hulp nodig om de terugblik op het verleden op liefdevolle wijze te doen. Misschien is hij echter zelf wijs genoeg geworden om zichzelf te zien in het licht van de geleefde ervaringen. Misschien is hij vergevingsgezind genoeg om zijn leven te aanvaarden met de gebeurtenissen die daartoe hebben behoord. De verbinding met de creatieve kracht waaruit we zijn ontstaan en waartoe we vermoedelijk terugkeren - met wat ieder daaronder ook moge verstaan - wordt nauwer aangehaald.

Heinz Ansbacher, zelf hoogbejaard, schreef in het tijdschrift voor Individualpsychologie: 'Gemeenschapsgevoel op hoge leeftijd betekent dat je je mag vereenzelvigen met het wonderlijke fenomeen leven, dat er al voor jouw bestaan was en zal blijven voortbestaan na jouw overlijden. Jezelf als een deel van dit wonder beschouwen, ook al is het maar een klein deel, kan je wel de kracht geven het onvermijdbare niet zwaar

Wanneer iemand moet omgaan met gevoelens van kwaadheid, pijn of angst dan wordt alcohol een gemakkelijke oplossing; een remedie. Slechts in een vergevorderd stadium veroorzaakt de verslaving een zich terugtrekken van de anderen. Maar de therapeut of het gezin, die te maken hebben met de probleem-drinker, moeten zich het hoofddoel van de drinker herinneren: erbij willen horen!! Afwijzing zal resulteren in het verergeren van het drinken en meestal is dat de typische werkelijkheid van de drinker.

(Het volgende deel van het artikel is bijzonder belangrijk. Het oppert een andere manier om verslavende gedragingen te begrijpen en het is één van de belangrijkste resultaten van vele jaren werken als therapeut.)

3. Creativiteit:

Het feit dat mensen buitengewoon creatief zijn, leidt tot een heel lange lijst van verscheidene - soms verfijnde - verslavende gedragingen. Er is een correlatie tussen verslavende gedragingen en de creatieve energie die iemand bezit. Hoe creatiever de persoon, hoe gefrustreerder hij kan worden als hij de moed ontbeert zijn creativiteit te realiseren. Achter elk verslavend gedrag zit een potentieel voor creatieve, dynamische activiteiten. Het is de taak van de therapeut het proces van de ontdekking van de rijke mogelijkheden te leiden. Bijvoorbeeld:

Met de alcoholist op soms humoristische wijze alle technieken en manipulaties bespreken die hij gebruikt om zijn drankprobleem te verbergen of te ontkennen. In groepsbijeenkomsten kan dit worden gebruikt als 'een goudmijn' om alternatieve gedragingen te ontwikkelen.

Als het thema gebrek aan moed is om creativiteit te realiseren, dan is moed ontwikkelen één van de hoofddoelen van gezinstherapie (Dreikurs, R. 1964)

4. Gemeenschapsgevoel:

De behoefte om bij te dragen aan de dagelijkse groep, ontwikkelt het gevoel van waarde te zijn en resulteert in een aanvoelen van de zin van het leven (Adler, 1929; Dreikurs, 1969; Frankl, 1963). Heel vaak ontwikkelt de verslaving zich om bij te dragen aan de 'verkeerde groep', wanneer iemand zich van de 'juiste groep' voelt buitengesloten. Zo'n afwijzing door de 'juiste groep' leidt tot: een gevoel van niets betekenen in het gezin; armetierige sociale contacten en gewoonten; geen belangstelling voor studie; gevoelens van eenzaamheid en waardeloos-zijn. Deze gevoelens kunnen leiden tot verslavende gedragingen (Sullivan, W.P. 1995) en in een voortdurend zoeken naar de zin van het leven in een verkeerde richting. Als er geen betekenis is in het sociale leven, het gezin en het beroep (Hubert, Barry 1995) dan resulteert minderwaardigheid in het versterken van zichzelf in plaats van anderen (Dreikurs, Eva 1996).

5. Streven naar macht:

Frustratie, minderwaardigheid, een gevoel van geen waarde te zijn vraagt om een tegenwicht met macht. Men heeft behoefte aan extreme bewijzen voor de eigen capaciteiten als men zich zwak voelt.

Bijvoorbeeld:

Het psycho-analytisch standpunt ziet iemands verslaving als een sublimatie voor zijn onvervulde seksuele behoeften, die al heel vroeg zijn ontwikkeld (Oliver, J.E. 1993; Root, Maria, 1989; Bau, Claitometal, 1995).

Het sociologische standpunt benadrukt de culturele en economische omgeving van het gezin en de samenleving. Het uitgangspunt is dat de persoon de gedragingen heeft geleerd en door zijn omgeving er naar toe werd getrokken. (Negurrin, L.I. 1989; Delatre, Ronald 1995; Hall, Pattik 1995).

Het fysiologische standpunt focust op de genen van een mens en zijn biochemisch lichaamssysteem (Stalamster, J. 1995).

We zullen nu nader ingaan op het Adleriaanse standpunt:

1. Holisme:

Verslavende gedragingen zijn holistisch van aard en daarom fysiek, psychologisch en geestelijk uitgedrukt. Ik zal 'alcohol' in mijn voorbeelden gebruiken, omdat het sociaal geaccepteerd is. Het chemische systeem van een alcoholist bijvoorbeeld verandert als gevolg van het drinken; er wordt een hersenbeschadiging ervaren (Drake e.a. 1995; Brecher, 1972); hij denkt dat hij zonder alcohol niet kan functioneren en ermee functioneert hij zelfs nog slechter (Schmidt, 1995). De fles wordt het voornaamste doel van zijn leven.

* Verslavende gedragingen zijn nooit het probleem van één individu, altijd is het gehele familie-systeem erbij betrokken en soms de gehele samenleving (Mable, T. 1978; Seixas, Judith, 1983).

* De familie neemt deel aan het 'spel van ontkenning' van de verslaafde persoon om de 'gezinseenheid' te handhaven en het gezin op elkaar betrokken te houden. Elk gezinslid speelt een rol in het spel (Suman, L.M. 1995).

* Er zijn ook 'spelregels' - en het is de uitdaging voor de therapeut deze rollen en regels op te helderen door met elk gezinslid te werken en met het hele gezin op basis van een Adleriaanse benadering (Dreikurs, Corsini, Sontegard 1959).

* Drinken, drugsgebruik, anorexia of bulimia vormen een onderdeel van onze samenleving en daarom is het een zorg voor ons allen hoe met deze problemen om te gaan.

Het 'spel van ontkenning' is echter niet alleen typerend voor het gezin, maar ook voor de samenleving. Het doel van het gezin of de maatschappij is de samenhang/de eenheid te handhaven - het vastlopen van de machine te vermijden - om politieke redenen of om het omgaan met de pijn te vermijden.

2. Doelen:

Alle verslavende gedragingen zijn doelgericht. De doelen zijn:

- a. Het gevoel bereiken erbij te horen;
- b. Het vermijden van de pijn afgewezen te worden;
- c. Het vermijden van het ongemak te moeten omgaan met onplezierige situaties, of meer indirect met de druk van het leven.

Drinken bijvoorbeeld is een maatschappelijke gewoonte. Mensen beginnen te drinken om zich dichtbij anderen te voelen, om anderen te vermaken en om zich te verzekeren van de acceptatie door anderen (Adler, 1929). Het zwaartepunt ligt op het met anderen zijn.

op te vatten; er nog het beste van te maken ook als het eigen einde naderbij komt. Dit maakt ook de bijzondere aantrekkingskracht van religie op hogere leeftijd verklaarbaar: het afzonderlijke wordt verbonden met het grotere geheel, dat na je heengaan blijven zal.'

Ouderdom zelf wordt een levenstaak.

Een mens kan er niet omheen het ouder worden te voelen. Het proces van 'ouder-worden' verandert ons leven en daardoor ook onszelf. Voor deze taak - met de ouderdom te leven - worden we gesteld, tenzij iemand eerder overlijdt. Weliswaar kunnen we ons nog enige tijd gedragen alsof het ons niets aangaat. (Anderen zijn oud.) We kunnen ons er nog enige tijd tegen verzetten en proberen het ouderdomsproces op te schuiven. Daarvoor zijn tegenwoordig ook verschillende middelen beschikbaar, van sportieve activiteiten tot cosmetische correcties. We kunnen ons innerlijk tegen het 'ouder-worden' verzetten en raken dan vermoedelijk verbitterd en vertwijfeld. We kunnen opgeven, ons aan het noodlot overgeven zoals we ons in een hangmat laten vallen waar we bijna niet meer uit kunnen komen.

Er staan ons dus dezelfde middelen ter beschikking als die we kunnen gebruiken bij het niet willen invullen van de andere levensstaken. Maar het geeft altijd maar enig uitstel, waarbij veel energie wordt verbruikt. Ten diepste weten we wel dat het proces onafwendbaar is. Deze levensstak belooft ons net als de andere niet alleen verliezen maar ook voordelen, als we ermee omgaan. 'Het ligt voor ons als een land', schrijft Betty Fridan, 'waarover eigenlijk niemand iets weet. Waarvoor geen betrouwbare gidsen zijn.' Geen wonder dus dat we daarvoor bang kunnen zijn.

Mij is bij mensen, die desondanks moedig met deze levenstaak omgaan, het volgende opgevallen:

- Ze hebben voor zichzelf nieuwe rollen/taken gecreëerd, waarvoor geen aanwijzingen bestaan; geen traditie bestaat.
- Ze beoordelen hun positie niet alleen aan het verlies, maar erkennen dat ze op hogere leeftijd ook niet veel meer nodig hebben.
- Ze hoeven zichzelf noch anderen iets meer te bewijzen. Voor alles wat ze doen, behoeven ze niet meer met resultaten aan te komen. Er zijn geen verwachtingen meer waaraan onvoorwaardelijk moet worden voldaan.
- Aan actuele gebeurtenissen kennen ze voldoende betekenis toe. Ze vertoeven met hun gedachten of in een gesprek vaak bij de gebeurtenissen en ervaringen uit hun leven, die hun troost, moed en kracht hebben geschonken.
- Ze ervaren zin in de wijze waarop ze hebben geleefd en aanvaard dat er grenzen waren gesteld.
- Ze zien zichzelf als een schakel in een ketting van generaties, waarbij de ketting belangrijker wordt dan de aparte schakel.

Ik (Nanni Wirth) ben pas 61 en heb de reis naar het land met de witte vlekken nog voor me. Als ik bezig ben met de gerontologie, zie ik mezelf als iemand die aan de grens staat van het land met de witte vlekken en met de verrekijker probeert te achterhalen wat voor me ligt. Door om te gaan met mensen die me op deze reis reeds zijn voorgegaan, probeer ik

enige zekerheid te verschaffen. Maar dat eigenlijk helemaal niet, want hun ouderdom zal niet de mijne zijn. Het enige wat ik uit mijn bezig-zijn met de gerontologie leer is nederigheid; het niet-weten kunnen verdragen. Met de woorden van mijn oude vriendin: Bereid zijn tot alles.

VERSLAVENDE GEDRAGINGEN.

Een Adleriaans perspectief.

Een lezing gehouden tijdens Icassi juli 1998 te Vilnius, Litouwen.

Door: dr. Rachaël Shifron.

Vertaling: Theo Joosten.

Vooraf:

Tijdens de plenaire lezingen op Icassi in Litouwen heeft Rachaël Shifron een uiteenzetting gegeven over verslavingen. Zij komt uit Israël en is al vele jaren een graag geziene docent op Icassi. Tijdens haar cursus op dit zomerinstituut besteedt ze aandacht aan het begeleiden van verslaafden. Dit kunnen vele soorten verslavingen zijn: alcohol, drugs, anorexia etc. Er wordt uitvoerig ingegaan op de doelgerichtheid van de verslaving. Evenals op de levensstijl en een preventieve aanpak.

Rachaël Shifron heeft in USA haar PhD behaald in de IP-counseling. Momenteel werkt ze aan de universiteit van Tel Aviv en is staflid van het Adler Instituut in Israel.

Haar lezing is bijzonder actueel en geeft vanuit Adleriaans perspectief een visie op diverse verslavingen. Het onderstaande artikel zal waarschijnlijk worden gepubliceerd in The Journal of Individual Psychology en wordt met haar toestemming in dit tijdschrift opgenomen.

Het doel van dit artikel is verslavende gedragingen te bespreken vanuit een Adleriaans standpunt. De gedachten over holisme, doelen, gemeenschapsgevoel, creativiteit, macht, levensstijl en bemoediging zullen zowel theoretisch als op hun praktische betekenis voor therapeuten worden behandeld.

Een Adleriaanse definitie op hoofdlijnen van verslavende gedragingen kan als volgt luiden:

Verslaving is een gekozen, zich herhalend en ontwikkeld gedrag, eerder dan ongecontroleerd gedrag. Het doel van het gedrag is te ontsnappen (Linden, 1993). Ik zal de omschrijving nog eens anders neerzetten: Verslavende gedragingen zijn creatieve ideeën, die iemand kiest teneinde aan existentiële angsten te ontsnappen. De creativiteit is niet statisch, ze ontwikkelt zich door de tijd. Er is een enorm potentieel in deze creativiteit. Een potentieel dat langzamerhand wordt ontdekt in het therapeutisch proces. Deze definitie is een andere dan die meestal in boeken en onderzoeksverslagen wordt aangetroffen. De term verslaving wordt meestal omschreven als ongecontroleerd gedrag. Er zijn verschillende theoretische inzichten in de literatuur over verslaving. In veel theorieën en onderzoek wordt de persoonlijke verantwoordelijkheid voor het gedrag ontkend en bij voorkeur de individuele hulpeloosheid benadrukt.