

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individual Psychologie



Nieuwsbrief nr. 20 - 8 februari 2012

In dit nummer:

- Voorwoord
- Moed, een menselijke eigenschap
- Van het bestuur
- Icassi 2012.
- Agenda Individual Psychologie Nederland voor 2012

Voorwoord

Vorig jaar sloegen de in Nederland actieve stichtingen voor Individualpsychologie de handen ineen onder de slagzin 'Individualpsychologie leeft'.

Begin 2012 ontmoeten de stichtingen elkaar om plannen te maken voor 2012. De eerdere samenwerking met elkaar in 2011 vormt voor de NWIP een goede basis om de samenwerking te continueren en waar mogelijk verder te gaan uitbreiden. Samen zijn we ten slotte sterker dan alleen.

Daar komt bij dat Nederland een overzichtelijk land is met een goede infrastructuur, zodat afstanden eenvoudig en snel zijn te overbruggen.

De komende tijd zullen we jullie op de hoogte houden van de verschillende activiteiten in Nederland door de Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie, het Meer Moed Instituut Nederland, de Schoenaker Academie Nederland en stichting Encouraging training.

Het is een mond vol, maar wie weet wordt in de loop der jaren en bij de voortschrijdende samenwerking de mond minder vol als de gedachten en activiteiten elkaar meer en meer gaan vinden.

Gerard Kulker
Voorzitter



MOED, een menselijke eigenschap?

Inleiding

Moed en bemoediging worden binnen de Individualpsychologie (IP) vaak als synoniem van elkaar gebruikt. Daarnaast wordt (zelf)bemoediging aangegeven als onontbeerlijk voor een zich ontwikkelend en opgroeiend mens.

Bij het lezen van artikelen over bemoediging en moed bekruipt mij toch een wat onbehaaglijk gevoel. Niet dat ik direct wil tegenspreken wat er wordt beweerd, maar in alles wat wordt gesteld zo maar meegaan, gaat voor mijn gevoel ook weer wat te ver.

Redenen genoeg voor mij om mezelf eens nader in beide eigenschappen te verdiepen.

Moed als menselijke eigenschap of product van bemoediging?

In veel artikelen binnen de IP wordt moed genoemd in het verlengde van of min of meer als het gevolg of product van bemoediging. Daarmee wordt gesuggereerd dat de persoon die bemoedigd de ander moed geeft. Dit zou een ongelijkheid en/of afhankelijkheid tussen deze personen in stand houden, die vanuit het oogpunt van de IP niet voor de hand ligt.

Maar hoe is de mens dan aan zijn moed gekomen? Van anderen, die hem bemoedigen of is moed juist een menselijke eigenschap, die ieder bezit?

We lijken hiermee in de richting te gaan van een onvruchtbare (?¹) kip of ei discussie.

Om uit die discussie te blijven lijkt het vruchtbaarder in de Adleriaanse traditie uit te gaan van een nog niet geformuleerde hypothese en wel deze:

'Wanneer een mens een 'onvolwaardig', sociaal wezen is, die streeft naar ontwikkeling of meerderwaardigheid, dan heeft dit streven

¹ Ik heb hier een vraagteken gezet omdat deze zin een tegenstrijdigheid in zich houdt. Immers zowel de kip als het ei kunnen juist wel vruchtbaar zijn.

per definitie als basis menselijke moed² nodig om zich te kunnen verwezenlijken.'

De theorie van Adler over meer- en minderwaardigheid acht ik voldoende bekend. Ik zal deze theorie daarom hier niet uitgebreid behandelen. Wel wil ik erop wijzen dat Adler voor zijn standpunt vanuit filosofische hoek bijval krijgt van Ernst Bloch (1885-1977). Deze filosoof meent dat 'de mens vanuit de ervaring dat hij niet af is, streeft naar een nog ongearticuleerd en ongerealiseerd ideaal. Dit gevoel niet af te zijn geeft richting aan zijn handelen en spoort de mens aan zich verder te ontwikkelen. Hierdoor wordt de mens blijvend gedreven door wat hij niet heeft.' In Blochs woorden: de mens handelt vanuit een 'activerende onrust³ van wat hem ontbreekt'. Hiermee is de mens voortdurend in wording en eigenlijk nooit af.

Die activerende onrust is in dit geval de motor tot handelen. Nu brengt onrust een aantal mogelijke reacties te weeg. Te weten stil blijven zitten in de hoop dat het overgaat, vluchten of datgene dat de onrust veroorzaakt gaan aanpakken. Omdat Bloch spreekt over activerende onrust staan hiervoor als respons twee mogelijkheden open. Een vlucht, maar waarheen dan? Want jezelf ontlopen en het daaraan verbonden gevoel onaf te zijn, zal niet lukken. Dus de eigenlijk enige openstaande weg is die beleefde onafheid te gaan ontwikkelen richting het nog ongerealiseerd ideaal. Maar om dat aan te durven is geloof in eigen (te ontwikkelen) kunnen en moed nodig. Een paar voorbeelden:

Lopen leer je met vallen en opstaan, wordt er gezegd. Velen van ons hebben dat ervaren toen we nog kind waren of zien gebeuren bij onze eigen kinderen of kleinkinderen. We zien hier dat het kind ondanks de tegenslagen (het vallen) blijft proberen om te kunnen lopen. Hij leert zich vast te houden, zijn evenwicht te bewaren en in te schatten welke afstand hij lopend kan halen. En de opvoeder? Hij beziet of er een gevaarlijke situatie kan ontstaan en neemt zo nodig preventieve maatregelen. Hij stimuleert, activeert, daagt uit. Pas als het kind erin is geslaagd een stukje te lopen, zegt hij 'goed gedaan joh!'

De opvoeder geeft dus eerste vertrouwen aan het kind en de bemoediging komt aan het eind

als de prestatie is geleverd. Zij is eerder het feestje n.a.v. een prestatie.

Dat het ook anders kan blijkt uit een ander voorbeeld waarvan ik getuige was.

In de speeltuin beklommen mijn twee kleuters de hoge trap van de glijbaan en gleden met een stralend gezicht naar beneden. Een andere kleuter werd uitgedaagd door de pret om ook mee te doen. Aarzelend en zich goed vasthoudend klom hij met een paar aanmoedigen van mijn kant omhoog en gleeed met een gelukkig gevoel naar beneden. Het ging hem steeds beter af en hij besloot zijn moeder te roepen om zijn vaardigheid te demonstreren.

Zijn moeder kwam mee en keek met enige angst naar de hoge glijbaan en haar humpie. Terwijl de kleuter zijn voet op de eerste tree zette, hield zijn moeder het niet meer en zei met hoorbare angst in haar stem: 'Het is wel hoog hoor. Hou je goed vast hé, anders val je!' Moeder leek vooraf en zonder de wetenschap dat haar kleuter al meerdere malen de glijbaan met succes op en af was geweest, weinig vertrouwen te hebben in haar kind. Ze bleef haar bezorgdheid - bij iedere tree die de kleuter omhoog ging - uiten en haar kind raakte halverwege de trap in een kramp. Moeder moest haar eigen angst overwinnen om achter haar kleuter aan te klimmen en samen zakte ze angstig de treden weer naar beneden.

Uit het voorgaande zal duidelijk zijn dat de eerder gesteld hypothese in de voorbeelden wordt bevestigd. Moed blijkt een menselijke eigenschap, die vanuit een activerende onrust en geloof in eigen kunnen de ontwikkeling stimuleert in de richting van een gekozen ideaal. (Bijvoorbeeld: Ik wil net zo kunnen lopen als andere mensen om me heen.)

Vertrouwen, stimuleren en uitdagen bieden ruimte zelf ervaringen op te doen en daarvan te leren. Bemoediging komt na de uitvoering en bevestigd daarmee eerder het vertrouwen, dan dat het moed geeft. Die moed was al aanwezig en hoorde bij het vertrouwen in eigen kunnen.

De voorbeeldfunctie komt als eerste om je aan te spiegelen en je nog ongedefinieerde ideaal vorm te geven en de zich voordoende uitdaging aan te gaan.

Ontmoediging schaadt het eigen vertrouwen en zelfbeeld. Zij leert op een ander weinig opbouwende manier naar je ervaringen te kijken. Zij doet daarmee het aanwezige niveau van de activerende onrust en moed geen goed.

Opvallend in de beschrijving van Bloch is verder dat hij de activerende onrust van de mens, niet als ongericht benoemd. Nee, hij ziet

² De aanwezige hoeveelheid menselijke moed wil ik hier buiten beschouwing laten. Die zal eerder zijn weerslag vinden in de verschijningsvorm en het resultaat hiervan bij elke mens afzonderlijk. Net zoals niet iedereen even intelligent is of even hard kan lopen.

³ In de ogen van Bloch is dus moed te zien als een activerende, op een ideaal gerichte (=doelgerichte) onrust.

die onrust als richting gevend aan het handelen van de mens. Dat, hoewel het niet altijd even gearticuleerd is, wel in de richting gaat van een ongerealiseerd ideaal. Hiermee komt Bloch evenals Adler tot het onderschrijven van het doelgericht handelen van de mens.

Om als mens doelgericht vanuit een als onvolwaardig beleefde positie, te streven naar een betere positie is een visie (nog ongerealiseerd ideaal) nodig, naast voorbeeldfiguren, durf, lef of moed en geloof in je eigen kunnen om daadwerkelijk te kunnen handelen en de gewenste ideale positie te bereiken.

Vanuit zowel de beschrijving van Adler als Bloch wordt de hypothese ondersteund, dat de mens beschikt over moed als menselijke eigenschap om zich te kunnen ontwikkelen. De eerdere voorbeelden bevestigen eveneens de hypothese. Daarbij wordt deze menselijke eigenschap gesteund door geloof in zichzelf, het vertrouwen van de mens om zijn eigen 'onvolmaakt zijn' te kunnen overstijgen.

Hiermee is moed per definitie geen product van bemoediging, maar zijn bemoediging of ontmoediging eerder te zien als een stimulerende of remmende factor t.a.v. de mate waarin menselijke moed zich voordoet.

Alleen omstandigheden kunnen mensen ontmoedigen en het zelfbeeld ('het geloof om de eigen onvolmaaktheid te kunnen overstijgen') aantasten.

Bemoediging, een grondhouding?

In zijn toespraak voor Icassi met als titel 'Die Kraft der Ermutigung' wijst Theo Joosten erop dat bemoediging een grondhouding betreft en niet handelt over het aanleren van bepaalde trucjes.

Deze grondhouding⁴ wordt gekenmerkt in:

1. geloof hebben in de vaardigheden van de ander;
2. wat o.a. zichtbaar wordt in het geschonken vertrouwen in de ander en die laten zien waarop dat is gebaseerd;
3. de ander ruimte bieden zelf dingen uit te proberen en daarvan te leren; (Maar iets niet willen uitproberen is geen gebrek.)
4. 'er zijn meerdere wegen die naar Rome leiden.' De ander mag dus zijn eigen weg gaan. En of die weg vruchtbaar is, wordt medebepaald door de maatstaf die wordt

overeengekomen en aangelegd en die passend is bij de persoon in kwestie.

5. de ander accepteren zoals hij is, zodat die ander ook ruimte heeft zichzelf openlijk te leren kennen en accepteren;
6. iedereen heeft bepaalde grondrechten, die te allen tijden gerespecteerd worden.

Vanuit die grondhouding wordt bemoediging eerder een product van een mens visie en bepaalde manier van samenleven dan een doel op zichzelf.

Als bemoediging en ontmoediging wel doel op zichzelf zijn, komen beide eerder in de reeks van straffen of belonen te staan.

Bemoediging wil ik onderscheiden in zelfbemoediging en bemoediging (van anderen).

Echte bemoediging maakt onderdeel uit van de bovengenoemde grondhouding of cultuur van samenleven en heeft – als feestje na een daad – een stimulerende werking op de aanwezige moed als menselijke eigenschap om je levenstaken⁵ gestalte te geven.

Bemoediging heeft niet als hoofdkenmerk het uitdelen van complimentjes. Bemoediging gaat verder en is een product van: de ander aanvaarden zoals die is, aandacht en waardering schenken aan de kwaliteiten en eigenschappen van de ander, zodat hij gestimuleerd wordt zich verder te ontwikkelen en waarop vertrouwd en gebouwd wordt. En laat waar nodig ruimte om een eigen weg te gaan, van eigen ervaringen te leren en nieuwe vaardigheden te oefenen. (De mens is immers een zich ontwikkelend wezen dat eigenlijk nooit af is, stelt Ernst Bloch.)

Zelfbemoediging

Adler stelde dat de mens zowel het beeld als de beeldhouwer van zichzelf is.

Dreikurs merkt soortgelijk op: 'Wij hebben de plicht onszelf net zo te bemoedigen als alle anderen.'

Beide onderstrepen hiermee het belang op een zorgvuldige en bemoedigende manier met onszelf (en de ander) om te gaan.

Zelfbemoediging speelt een cruciale rol in onze eigen ontwikkeling en is onlosmakelijk verbonden met ons zelfbeeld. Het is daarom belangrijk van onszelf te weten in hoeverre wij behoefte hebben aan bevestiging van onszelf en anderen. En daarop gebaseerd onze zelfbemoediging om ons heen op een bepaalde manier organiseren en door anderen laten

⁴ Vrij vertaalt naar: Ermutigung als Lernhilfe. Edith Neisser. Dinkmeyer/Dreikurs.

⁵ Adler noemt als levenstaken voor elk mens: persoonlijke groei; relaties; huwelijk en een bijdrage aan de maatschappij en maatschappelijk visie.

bevestigen. Dit kan door een transparante en open houding. Bijvoorbeeld door anderen deelgenoot te maken en of te betrekken bij zaken die je onder handen hebt of nastreeft. En open te staan voor reacties van de anderen op je handelen, wat je ervan hebt geleerd, hoe tevreden je erover bent en welke doelstellingen je hebt bereikt.

Daarnaast hangt de wijze waarop wij onszelf bemoedigen samen met:

1. De voorbeelden van zelfbemoediging, die we in onze omgeving leren kennen.
2. De wijze waarop de gangbare cultuur ruimte biedt om jezelf te mogen ontwikkelen zonder enig risico een afwijzing op te lopen.
3. Het door ons op grond van onze ervaringen opgebouwde zelfbeeld.

Vanuit deze drie typen ervaringen maken wij een vertaling naar onze plaats en rol in de gemeenschap. Wanneer we ons in de gemeenschap voldoende geborgen en gerespecteerd weten, dan geeft dat energie en versterkt ons positieve zelfbeeld en het vermogen onszelf te vertrouwen en te bemoedigen, zodat we openhartig kunnen en mogen zijn. Het niveau van onze ten toongespreide levensmoed hangt in dat opzicht nauw samen met onze ervaringen en die met andere mensen uit de gemeenschap waartoe wij behoren.

De Tolteken uit Mexico gaan er net als Adler vanuit dat ieder individu zijn eigen wereldbeeld opbouwt. Zij hanteren 5 inzichten, die een mens ondersteunen bij het opbouwen van een eigen wereldbeeld.

1. Woordgebruik. (Wees onberispelijk in je woorden. Zij bezitten scheppingskracht, inspireren; bouwen liefde op; maar kunnen ook afbreken d.m.v. roddelen.) Woorden verbeelden.
2. Vat niets al te persoonlijk op. (Waar Adler het onderscheid maakt in het kind is niet stout, het doet stoute dingen.)
3. Ga niet uit van veronderstellingen. (Wees oprecht geïnteresseerd in de ander en biedt hem ruimte zichzelf te laten zien.)
4. Doe altijd je best. (Je eigen inzet en opzet is (mede)bepalend voor het resultaat.)
5. Wees kritisch maar leer luisteren. (Durf je eigen kritische houding te toetsen door o.a. te luisteren naar anderen. Vooral naar mensen met een eigen mening.)

Bemoedigende grondhouding

1. Een bemoedigende grondhouding gaat altijd uit van een onderling, gelijkwaardige

relatie en vindt haar oorsprong in een bepaalde manier van samenleven of omgaan met elkaar. Deze grondhouding is medebepalend voor het niveau van moed en de opbouw van ons zelfbeeld en dat van onze medemens.

2. Een dergelijke cultuur vraagt van alle betrokkenen openheid om van elkaar en de eigen ervaringen te leren. In zoverre onderscheidt de gemeenschap zich als een lerende gemeenschap. Leren wordt daarbij opgevat als een cyclisch proces dat via ervaren/evalueren loopt naar inzicht verwerven en via het toepassen van die bevindingen het handelen bijstellen en opnieuw ervaren/evalueren. Het geheel bevordert zo de ontwikkeling, de dynamiek van leven en daarin de kwaliteit van het handelen.
3. Bij dit alles is er ruimte voor erkenning en aandacht van waardevolle eigenschappen bij elkaar. De wijze waarop die met elkaar samenhangen, elkaar versterken en ondersteunen, maar ook waar het gevaar op de loer ligt dat sommige kwaliteiten contra productief naar elkaar kunnen worden. Vanuit dit totaalbeeld worden keuzen gemaakt, in samenhang van vaardigheden in tijd en plaats, welke vaardigheden worden geoefend en vervolmaakt. En bij welke vaardigheden wie van wie en wat kan leren.

Samenvatting

Moed en geloof om de eigen onvolkomenheid te kunnen overstijgen (mensbeeld) is een basale eigenschap van de mens. (Adler en Bloch) Waar de mens een sociaal wezen is, is een bepaalde samenleving (cultuur) van belang, die ruimte geeft en deze menselijke eigenschappen stimuleert en uitbouwt en zeker niet hindert.

Die gewenste cultuur kenmerkt zich door:

- geloof hebben in elkaars vaardigheden;
- vertrouwen geven aan elkaar en kunnen benoemen waarop dat is gebaseerd;
- ruimte om te mogen experimenteren en te leren van ervaringen;
- een eigen weg mogen gaan, ondanks dat geaccepteerd blijven en gewaardeerd worden volgens gezamenlijk afgesproken waarden en normen die verbonden zijn aan leeftijden en kwaliteiten van mensen;
- de ander accepteren zoals die is en hem daarmee een basis en vertrouwen geven van eigen ervaringen te kunnen leren;
- mensen hebben bepaalde grondrechten, die altijd geaccepteerd en nagekomen worden.

En bevordert zo bij haar leden een bemoedigende grondhouding t.o.v. zichzelf en de ander.

Moed en bemoediging zijn geen doelen op zich en evenmin een voorrecht van bepaalde mensen.

Moed is een menselijke eigenschap die elk mens van nature in een zekere mate bezit. De gemeenschap waartoe een zich ontwikkelende mens behoort kan wel bemoedigen of ontmoedigen en daarmee de mate van de door die mens ten toon gespreide moed beïnvloeden. Terwijl ook het zelfbeeld en de mate van zelfbemoediging hiermee worden beïnvloedt.

Een bemoedigende grondhouding is daarom voor de ontwikkeling van elk mens een stimulerende factor en het resultaat van een wijze van leven en mens-zijn.

Hazerswoude Rijndijk,
7 februari 2012
Gerard Kulker

Van het bestuur

Bestuurssamenstelling

Sinds januari 2012 maakt Pauline Hofstra deel uit van het bestuur.

Voorgenomen activiteiten 2012

- o 3 maal een nieuwsbrief;
- o verzorgen van teambijeenkomsten, presentaties, voorlichting enzovoort;
- o verzorgen van een cursus pedagogisch leiderschap voor het onderwijs via Magistrum;
- o thematische bijeenkomsten in Nederland;
- o masterclass verzorgen;
- o publiceren artikelen.

Icassi 2013

In 2013 wordt ICASSI gehouden in Nederland. Het bestuur is betrokken bij de organisatie van deze zomerschool.

Icassi 2012

De 45^e Icassi wordt dit jaar gehouden van 15 tot 28 juli 2012 in Litouwen.

Meer informatie vindt u op: www.icassi.net
Daar is ook het programma te downloaden.

Agenda Individualpsychologie Nederland 2012

NWIP

Nog geen data bekend van de voorgenomen activiteiten. Zodra die bekend zijn ontvangt u een uitnodiging.

Meer Moed Instituut

Activiteiten, 2012

- **8 maart 2012:** Lezing: Spiritualiteit in de opvoeding. Nico Huppes.

- **22/23 september 2012:**
1^e opleidingsweekend Meer-Moed-Trainer.

Meer info: www.meermoed.nl

Aanmelding: info@meermoed-instituut.nl

Schoenaker Academie

In de cyclus 'Leren voor het leven' spreken op:

- **17 februari 2012:** Vertel me uit je jeugd en ik zeg je wie je bent. Theo Schoenaker.

- **16 maart 2012:** Ruth Broekhuizen.

- **13 april 2012:** Theo Schoenaker.

- **11 mei 2012:** Marry Oostijen

Aanmelden tot uiterlijk 3 dagen voor de lezing via: info@schoenakeracademie.nl of tel. 038 3856543.

Meer info: www.schoenakeracademie.nl

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.