



7e jaargang nr. **4**

mensenkennis
opvoeding
persoonlijke groei

Tijdschrift van de
Stichting voor
Toepassing van de
Individual
Psychologie

Administratief Centrum
voor al Uw administraties,
kopieer- en offsetwerk



ofo Nederland
120 ct
Pb. 5112

Dien Strobos
Raphaëlstraat 18 I
1077 PT Amsterdam

MENSENKENNIS, OPVOEDING, PERSOONLIJKE GROEI is een tijdschrift dat wordt uitgegeven door de S.T.I.P. (Stichting voor Toepassing van de Individualpsychologie).

Het is bestemd voor iedereen die belangstelling heeft voor de leer en de toepassing van de **INDIVIDUALPSYCHOLOGIE** van Alfred Adler e.a. Het blad wordt toegezonden aan degenen, die d.m.v. een jaarlijkse bijdrage van minimaal f 25,00 het werk van de S.T.I.P. mogelijk maken en voorts aan allen die daarom verzoeken. Losse nummers kosten f 5,00 inclusief porto. Het blad verschijnt 4x per jaar.

ADRESSEN:

Het S.T.I.P. bestuur bestaat uit:

voorzitter	Adrie v.d. Horst	Westervoort
De voorzitter	Theo Schoenaker	ZAntersbach
sekretaresse	Wil van Vuuren	Rotterdam
De sekretaresse	Solveig van Adel	Heemstede
penningmeester	Wil den Dulk	Bodegraven
De penn.meester	Hans den Dulk	Bodegraven

Voor alle informatie:

SEKRETARIAAT: JEAN SIBELIUSSTRAAT 39,
3060 MJ ROTTERDAM.
TEL: 010-456 33 82.

Doorgeven adreswijzigingen/alle betalingen:

PENNINGMEESTER ORANJELAAN 61,
2411 VX BODEGRAVEN.
TEL: 01726-17343.

giro: 3101100 t.n.v. S.T.I.P. TE BODEGRAVEN.

Boekenverkoop: MARIAN LEBEN,
STERNSTRAAT 16,
3582 TC UTRECHT.
TEL: 030-514103.

Redactie/samenstelling: WIL VAN VUUREN
Lay-out/Korrektie: GERARD & JOKE PEELEN

Ook zijn er plannen om een dag te organiseren, waar ook de kinderen aan mee kunnen doen. We hebben namelijk de hele school ter beschikking.

Verder kunt u alvast de volgende data noteren:

Van 15-19 augustus 1988: Sociale Leerweek o.l.v. Theo en Toni Schoenaker te Groesbeek.

Het weekend vrijdagavond 2, zaterdag 3 en zondag tot 13.00 uur op 4 september wordt een studieweekend georganiseerd door S.T.I.P./A.G.A.P. Wil van Vuuren en Holger Przybyla, beiden sekretaris van de resp. organisaties, begeleiden dit weekend dat eveneens in "De Poort" te Groesbeek gehouden wordt. Thema is: **Theorie en praktijk van de Individualpsychologie.**

Over alle activiteiten ontvangt u nader bericht. Wel kunt u zich nu vast opgeven.

Theo en Toni hebben ons een lijst gestuurd met data van Sociale Leerweek te ZAntersbach. Kosten D.M. 480,- excl. p.p.

Op 23/24 januari hebben zij een "partner"-weekend. Voor alle inlichtingen, suggesties of als u maar wilt helpen: even het sekretariaat bellen: 010-4563382.

Tot slot: Het I.C.A.S.S.I. wordt dit jaar gehouden van 17-30 juli in het Ionic Center in de plaats Chios op het eiland Chios/Griekenland. Ook hier kunt u zich al opgeven. Alle informatie kunt u hierover krijgen bij de coördinator voor Nederland: dhr. Ger van Eldert., tel: 020-414462.

WIJ WENSEN ALLEN VANAF DEZE PLAATS

EEN GEZOND, GELUKKIG EN BOVENAL

COÖPERATIEF 1988!!

dit verschil illustreeren. Zij stellen beide een huisje aan den rand van een bosch voor. Op de eene plaat zien wij een troepje kinderen, dat, met hout beladen, gedrukt en mismoedig voortstapt. Op de tweede dragen dezelfde kinderen dubbel zooveel hout op hun rug, bewegen zich echter vroolijk en speels. Waardoor wordt dit wonder bewerkt? Onder het eerste blad staat: "Als je ondeugend bent moet je morgen hout halen!" Onder het andere: "Als jullie goed oppassen, mogen jullie morgen hout halen!"

Beproof deze tooverformule eens op uw eigen kind! Gij wenscht, dat uw dochttertje tafel dekt. Let eens op hoe verschillend zij zich gedraagt, wanneer ge zegt: "Je moet de tafel dekken" en wanneer ge de formule gebruikt: "Je moogt de tafel dekken!"

Ook bij negatieve voorschriften is het mogelijk het ontmoedigende: "Je mag niet" te vermijden. Het beste is het negatieve verbod door een aansporing tot de juiste handelwijze te vervangen. Door een vriendelijken toon kunt gij de bereidwilligheid van het kind daarbij nog vergrooten.

Van de school in Wytgaard krijgen we regelmatig de schoolkrant opgestuurd. De laatste keer met een leuke kalender voor 1988. Steeds staat er wel een I.P.-stukje in of een Adleriaanse avond voor de ouders aangekondigd.

Gerard Peelen is niet alleen een "type" aanwinst! Hij helpt ook heel enthousiast bij de organisatie van de levensstijlgroepen. Hij heeft o.a. voor een passende ruimte kunnen zorgen. Deze ruimte, een school in Abcoude, mag ook voor S.T.I.P.-activiteiten gebruikt worden. Daar zullen we zeker gebruik van maken.

Annemarie Schoute en ik, zijn in november j.l. naar het Duitse MAnster geweest om aldaar een schilder workshop met Marianne Blumenthal bij te wonen. We hebben er veel van geleerd. Begin januari hebben we een bespreking om met onze nieuw verworven kennen een "schilderdag" te organiseren. Wellicht in de school van Abcoude. Dat zal ongeveer april worden.

INHOUD:

Inhoud	pag. 3
Beste lezer,	pag. 4
Een nieuwe kijk op uitingen van waarde- ring	pag. 5
Wederzijds respekt in het klaslokaal	pag. 20
Onder de aandacht	pag. 24

Aktiviteiten zie: "Onder de aandacht"

Aan dit tijdschrift werkten mee:

ADRIE GLOUDEMANS
GERARD PEELEN
JOKE PEELEN
FRED HO SAM SOOI
THEO SCHOENAKER
WIL VAN VUUREN

DOELSTELLING S.T.I.P.:

- * Bekendmaking en verspreiding van de principe van de Individualpsychologie van Alfred Adler.
- * Bevordering van de toepassing van deze principes opvoeding, zelfopvoeding, onderwijs en bedrijfsleven.
- * Hulp bieden bij de praktische toepassing van de Individualpsychologie.

Beste lezer,

Als u dit tijdschrift ontvangt is 1987 alweer langzaam overgegaan in 1988. Wij wensen u het allerbeste toe voor het voor u liggende jaar.

Alhoewel u daar misschien weinig van gemerkt heeft, is 1987 voor de (ST)IP toch een heel druk en produktief jaar geweest. We hebben de herdenking gehad van Alfred Adler; het ICASSI in Nederland waar erg veel werk in gezeten heeft; de Sociale Leerweek met Theo en Toni Schoenaker te Groesbeek; er draaien de nodige groepen; op een aantal plaatsen zijn mensen actief in hun eigen omgeving; Mens Sana in Schola Sana zal zo goed als zeker worden uitgegeven en er zijn kontakten met een uitgever om R. Dreikurs' "Kinderen dagen ons uit" weer uit te geven. Er werden een aantal lezingen gehouden op scholen en natuurlijk het tijdschrift verscheen weer. Wat een werk allemaal.

Helaas moesten er ook een paar activiteiten geannuleerd worden wegens gebrek aan belangstelling. Jammer.

Op mijn "redactioneel gejammer" zijn warempel reacties gekomen, o.a. iemand die het niet langer kon aanzien dat er zoveel werk door een persoon gedaan wordt. Bedankt Gerard! Je neemt een flink portie werk van me over. Ik hoop, dat je het voorlopig wilt doen.

Met deze aanvulling is (vanzelfsprekend) nog lang niet al het werk "goed" verdeeld. We kunnen nog steeds hulp gebruiken. Met name voor vertaalwerk/kopy voor de komende tijdschriften. Wie, o wie helpt?

Daar er in de groepen die momenteel draaien, nogal wat vragen zijn m.b.t. **bemoediging**, willen we er in dit nummer nog maar een keer op terugkomen. Bemoedigen is een van de meest belangrijke en tegelijkertijd een van de moeilijkste toe te passen onderwerpen. We besteden er daarom graag wat extra aandacht aan.

Wat de groepen in Rotterdam en Abcoude betreft: die zijn aan het eind van januari allemaal afgelopen. Wel gaan zij door met levensstijlgroepen en in Rotterdam staan alweer twee nieuwe oudergroepen voor de deur. Ik heb er haast een dagtaak aan, maar geniet er erg van! Dat de deelnemers er ook van genoten hebben en er wat van begrijpen, blijkt uit een afscheidskado wat ik van een van die groepen kreeg. Het boek "Hoe voed ik mijn kind op?" van Rudolf Dreikurs. **Techniek van een opvoeding zonder dwang**, uitgegeven bij Erven J. Bijleveld te Utrecht, 3e druk 1948. Ik was heel verrast en erg blij met deze aanwinst. Graag wil ik een klein stukje uit dit boek citeren:

"Mogen" in plaats van "moeten". - Vroeger geloofde men algemeen, dat straf en beloning zulke gewichtige opvoedingsmiddelen waren, dat men ze voor een goede opvoeding niet kon ontberen. Deze overschatting moet ten sterkste bestreden worden. Beide zijn schadelijk zoodra ze als een uiting van ouderlijke willekeur aan den dag treden. Wel kan het kind leeren zich daarvoor te buigen, maar tegelijkertijd wordt dan zijn tegenstand en opstandigheid gewekt. Natuurlijk moet het kind leeren zich te schikken, echter niet onder de willekeur en macht van een bepaald persoon, maar in de orde der samenleving. Deze orde omvat alleen op dezelfde wijze. De algemeen geldende wetten der samenleving zijn het, die bepalen of een daad van het kind prettige dan wel onprettige gevolgen voor hem heeft. Dit kan er dan wel voor den oppervlakkigen beschouwer als straf of beloning uitzien, maar er bestaat een belangrijk verschil. Het kind voelt het anders. Tegen deze algemeene wetten komt het niet in opstand. Het tooverwoord "je moogt" kunnen wij niet missen. Maar de term "je moet" kan beter worden geschrapt. Het ontnemt aan het kind het gevoel vrij te handelen en zelf over zijn lot te beslissen. Het "mogen" vloeit voort uit de natuurlijke orde, het "moeten" uit de willekeur van een machthebber. Men verklare dit nu niet voor haarkloverij of spitsvondigheid. Er bestaan een paar platen, die

slaan gaat het brutale gedrag meestal vanzelf over. Als iets mag i.p.v. verboden is dan verliest het meestal alle aantrekkelijkheid.

Indien er in de klas een sfeer hangt van wederzijds respect vindt dit zijn weerspiegeling in een sfeer van vriendschap en echte samenwerking., een sfeer waarin leerkracht en leerlingen een gemeenschappelijk doel voor ogen hebben.

Het is het tegengestelde van de veelvoorkomende situatie waarbij de leerkrachten proberen de leerlingen meer te laten doen terwijl de leerlingen hun vindingrijkheid aanwenden minder te doen. In een sfeer van wederzijds respect worden niet alleen het leerdoel beter bereikt maar er ontstaat ook een sfeer van saamhorigheid.

ONDER DE AANDACHT

In het vorige nummer kon u lezen, dat er aanvragen waren voor groepen in o.a. Nijmegen en Spijkenisse. Wat het laatste betreft, 18 januari wordt daar door mij een introductie-avond gehouden. Er is iemand behoorlijk actief geweest om mensen bij elkaar te krijgen en ook daar gaat nu een groep van start. En voor Nijmegen? Maria Dekkers, onze vorige penningmeester, heeft toegezegd in de loop van het jaar b.v. in "De Poort" te Groesbeek een groep te willen gaan begeleiden. Fijn! Wel zou ze het fijn vinden, als we dan met wat andere groepsbegeleid(st)ers bij elkaar kunnen komen. B.v. in een trainingsweekend. Zijn er meer mensen die daar voor voelen? Neem a.u.b. even contact op met het sekretariaat zodat dat georganiseerd kan worden!

Wat betreft het artikel "Waarom niet loven" in het vorige tijdschrift: Ger van Eldert wist ons de auteur van dit artikel te noemen. Het is afkomstig uit: Dreikurs, Grunwald en Papper, Maintaining Sanity in the Classroom : Illustrated Teaching Techniques. Harper and Row (1971), blz. 72-74. Dank je wel Ger.

EEN NIEUWE KIJK OP UITINGEN VAN WAARDERING

door Richard E. Parson

Ik vraag me zo kalm aan af, of het waar is dat mensen blij zijn met een uiting van waardering. Ik ben me ervan bewust, dat ik me daarmee op een ongemakkelijk terrein begeef, omdat loftuitingen tot de technieken van de intermenselijke relaties behoren, die het meest verbreid en het meest populair zijn. Zowel ouders als zakenlieden, psychologen en onderwijzers of leraren schijnen aan de waarde van loftuitingen te geloven, hetzij als instrument om anderen te motiveren, hetzij als beloning of als middel om goede intermenselijke relaties tot stand te brengen.

Welk effect hebben uitingen van waardering

Toch heb ik mijn twijfels, of lofprijzingen dat bereiken wat wij ervan verwachten. Er schuilen beslist waardevolle functies in uitingen van waardering, waarvan we ons evenwel nauwelijks bewust zijn, maar ik zou erom willen wedden, dat ons geloof aan de waarde ervan ons op een dwaalspoor zet. Ik ben me er wel van bewust dat ik risico's neem, maar toch zou ik bij wijze van proef het volgende willen zeggen: Een uiting van waardering of lof heeft niet alleen een beperkte en twijfelachtige waarde als motiverende faktor, maar kan ook nog als een bedreiging ervaren worden.

In plaats van mensen in een hechtere relatie tot elkaar te brengen, is lof ook een middel om afstand tussen hen te scheppen. In plaats van een persoon van zijn waarde te overtuigen, kunnen loftuitingen een onbewust middel zijn voor het

doel de superioriteit van degene die prijst te demonstreren.

Lof kan de creativiteit beperken in plaats van haar te bevorderen. In plaats van toegang te verschaffen voor nader contact kan lof een middel zijn om een einde te maken aan dit contact.

We kunnen natuurlijk wel over het effect van uitingen van waardering illusies koesteren, maar enkele functies als afstand bewaren, beëindiging van contacten, versterking van status of superioriteit, deze zaken zijn inderdaad noodzakelijk en sociaal nuttig, ook al zouden we deze verborgen voordelen liever niet ter kennis willen nemen.

Definitie van lof

Wat is lof (loftuiting, uiting van waardering en andere varianten)?

We weten heel snel het verschil tussen lof en vlijerij, omdat vlijerij iets van onoprechtheid en berekening heeft. Als ik het hier over lof heb, dan bedoel ik iedere positieve uitspraak over een voorwerp, een persoon, een daad of gebeurtenis, zonder nog verdere informatie te krijgen, zoals bij voorbeeld:

Prima, U hebt uitstekend werk verricht - Ik vind U een fijne vent - Je hebt een schitterende tekening gemaakt.

Dit zijn positieve uitspraken die maar weinig meer betekenis hebben dan de uitspraken op zichzelf.

Een positieve uitspraak die nog meer informatie geeft, is van de andere kant niet in wezen of uitsluitend een uiting van lof. Een konstatering als:

Zij schrikken er vaak voor terug om hulp te vragen omdat dan hun tekortkomingen aan het licht komen. Het is makkelijk om onszelf "de moeite waard" te vinden als wij zonder fouten zouden zijn, het wordt pas moeilijk om ons nog "de moeite waard" te vinden als we moeten toegeven niet volmaakt te zijn. (L 1936). Als we dat kunnen, dan kunnen wij ons ons oordeel afgaan zelfs als wij ons zo nu en dan vergissen, en wij hoeven niet bang te zijn om iets te ondernemen bij de afwezigheid van een leidraad of de garantie dat we gelijk hebben. We kunnen luisteren naar ons stemmetje van binnen en daar op blind varen zelfs als we soms de mist in gaan.

Het kind toont ook respect voor ons door ons als "de moeite waard" te beschouwen. Het dwingt ons, ons als "de moeite waard" te gedragen, i.p.v. schreeuwen en gillen (!!) dienen wij kalm en vastberaden te blijven. Indien als wij ons gedragen als bestraffer of gevangenisbewaarder, op sommige scholen worden leerlingen opgesloten (!?) als we de kinderen niet eerlijk behandelen, worden wij als vijand beschouwd. Mensen spreken zelden goed over hun vijanden en voelen geen enkele dwang noch neiging om hen (hun vijanden) goed te behandelen.

Als leerkrachten hun klas willen veranderen van "Ik" tegen "Jullie" naar "Wij" is dat zeker mogelijk, maar zij dienen op bepaalde problemen voorbereid te zijn. Vaak zijn de kinderen vanwege eerdere negatieve ervaringen, niet van de oprechtheid van de leerkracht overtuigd, of dat de veranderingen echt of van lange duur zijn. Sommige sceptische leerlingen zullen de leerkracht uitproberen om vast te stellen of het alleen maar toneel is of echt uit overtuiging is. Vaak slaan mensen bij gedragsverandering door naar de andere kant. Met als gevolg dat sommige kinderen overdreven gedrag van niet respekteren vertonen, ten eerste om de leerkracht uit te proberen en ten tweede om te genieten van de pas verworven vrijheid. Als de leerkracht deze storm kan laten uitrazen zonder al te veel innerlijke spanning en zonder het kind te

Kinderen als "de moeite waard" beschouwen betekent luisteren naar de communicatie (signalen) van kinderen.

Zij geven voortdurend signalen d.m.v. gedrag (Mosak & Shulman, 1977) d.m.v. taal(gebruik) M & C 1971 d.m.v. gebaren, spelletjes en spelen (B 1936) d.m.v. tekeningen B 1946, S 1932 1935) en door hun schoolwerk (M & S 1975) Respekt voor hen betekent dat wij aandacht aan hen schenken, proberen hen te begrijpen en hun niet alleen beoordelen. (Wat een open deur!)

Het is beslist niet altijd nodig dat wij het met de kinderen eens zijn en andersom hoeft ook niet. Wij respekteren hun recht op een eigen mening. Ons land is groot geworden met een traditie van het recht op een afwijkende mening. Verraad wordt pas een misdaad als het wordt omgezet in daden. Onze democratie bestraft geen denkbeelden als verraad. Ter ontzuivering kunnen wij nog bedenken dat het zelfs het overwegen waard is dat het feit dat we ouder zijn en meer levenservaring hebben ons niet perse verstandiger maakt.

Op een keer zei ik tegen een patient van me dat hij niet bang moest zijn om een andere baan te zoeken, omdat hij 10 jaar ervaring had. Hij sprak me tegen en zei: "Nee, ik heb 10x 1 jaar ervaring".

Om dezelfde reden moeten leerkrachten respekt voor zich zelf hebben, hetgeen inhoudt dat zij zichzelf "als de moeite waard" dienen te beschouwen. Dit blijkt soms moeilijk omdat veel onderwijzers ongerust of teneergeslagen worden als het op de een of andere manier niet wilt lukken. Om deze gevoelens te versterken creëren zij vaak de illusie dat sommige of alle leerkrachten de zaak volledig in de hand hebben en elk probleem dat zich tijdens de les voordoet in een handomdraai kunnen oplossen.

"De reden waarom ik geloof, dat je een goed stuk werk geleverd hebt, is ..."

of

"Hoe heb je dit prachtig effect alleen maar met inkt verkregen?"

vraagt om een antwoord en verdiept de ontmoeting.

Blijkbaar zijn dergelijke konstateringen meer dan alleen maar lof, ze hebben een andere "kwaliteit" en misschien ook andere resultaten.

Een eenvoudige definitie of analyse van lof is natuurlijk niet mogelijk. Men moet oog hebben voor de situatie waarin de persoon geprezen wordt, voor de geschiedenis van de relatie tussen de beide personen en voor de mentaliteit die ertoe leidt, dat er al geprezen wordt. Bovendien kan men met speciale technieken zijn basishouding en het effect op anderen in geen geval van een vernisje voorzien: Goede betrekkingen zijn afhankelijk van een goede basisinstelling en een goed basisgedrag. Een goede relatie kan veel moeilijkheden trotseren, ook die door uitingen van waardering veroorzaakt worden.

Negatieve gezichtspunten

Welke problemen doen zich voor bij lof? De resultaten van wetenschappelijke onderzoeken laten geen duidelijke uitspraak over de waarde van uitingen van waardering toe. De meeste onderzoeken die zich hiermee bezighouden, hebben lof met berisping of verwijt vergeleken, die ook motivatietechnieken zijn. De resultaten van deze onderzoeken zijn verdeeld; in enkele publikaties was lof iets effectiever dan berisping, in andere gevallen was het precies omgekeerd. Uit de meeste onderzoeken kan men alleen maar de konklusie trekken, dat onverschillig welke reactie van buiten de mensen beter motiveert dan helemaal geen reactie.

In psychologische laboratoria werd aangetoond, dat het menselijk gedrag door toepassing van beloningen kan worden beïnvloed, bij voorbeeld in de vorm van lichtsignalen of belgeluiden, die aangeven dat de proefpersoon de juiste reactie, d.w.z. zoals de proefleider haar bedoeld heeft, toont. Maar het is de vraag, of een vorm van lof in de veel complexere en gekompliceerde situatie van het dagelijks leven of dezelfde wijze funktioneert. Is lof een vorm van beloning? Na nauwkeurige observaties ben ik tot de konklusie gekomen, dat lof gewoonlijk geen vorm van beloning is. Als we de reactie van een mens op een uiting van waardering observeren, kunnen we in het algemeen niet konstateren, dat hij daarop met weezin of onbehagen reageert. Volgens mijn waarnemingen is een gebruikelijke reactie op een vorm van lof een vage afwijzing of een clichematig gezegde als:

"Dat is werkelijk geen verdienste."

"Dat zeg je maar voor de grap."

"Dus ons bevat het."

"Het was meer geluk dan wijsheid."

"Och, je doet wat je kunt."

Wat al deze reacties met elkaar gemeen hebben, is het defensieve element, het streven om met een moeilijke situatie klaar te komen. Als U zich prijzend uitlaat over een huis of een tuin, dan zal de eigenaar U zo gauw mogelijk op de gebreken attenderen. Wanneer U een persoon die voor U werkt of een kollega om zijn arbeid prijst, dan zal hij proberen U ervan te overtuigen dat zijn aandeel maar heel gering was.

Onder de spanning van waarderende woorden worden veel mensen verlegen, bijna als kleine kinderen die met hun voeten gaan schuifelen. Blijkbaar is waardering een zaak waarmee men in het reine moet komen, waarmee men moet leren om te gaan.

in dat wij alleen dat dienen te doen wat het kind wil of goed vindt? Uiteraard niet! Dit soort respekt is het soort respekt dat inherent is aan een baas-ondergeschikte relatie. Het in praktijk brengen van deze definitie leidt tot een strijd in de klas om uit te maken wie er de baas wordt in de klas, de leerling of de leerkracht? De leerkracht ziet onderwerping als medewerking, terwijl de leerling medewerking als onderwerping ziet. Er volgt een strijd om vast te stellen wie, wie, wat kan laten doen. Het is echter helaas onmogelijk om te vechten en te leren tegelijkertijd m.u.v. leren vechten!

Wat is nu respekt? We kunnen onze toevlucht tot de definitie die het woordenboek geeft. Volgens deze definitie is respekt iets dat mensen hebben voor iets of iemand. Dit is echter een abstractie. Omdat de psychologie van Adler eerder een psychologie van gebruik dan van bezit is, geef ik er de voorkeur aan om respekt te omschrijven in termen van hoe men er blijk van geeft. Men toont respekt door anderen te beschouwen en te behandelen als gelijkwaardigen.

Dit betekent in de praktijk niet dat we ervan uitgaan dat elk kind dezelfde verstandelijke vermogens heeft als wijzelf hebben (in bepaalde gevallen zijn zij ons qua intelligentie zelfs de baas) of dezelfde (levens)ervaring heeft als wij hebben. Het betekent echter wel dat wij ervan afzien om kinderen te behandelen alsof het beesten, idioten of inferieure mensen zouden zijn. Zodoende ontslaan wij onszelf van de verplichting om steeds/voortdurend waakzaam te zijn om de "wilde beesten" in toom te houden en vanuit de hoogte tegen onze leerlingen te praten. Ons respekt voor hen wordt ook manifest door ons vertrouwen dat zij kunnen leren, dat zij de gave des onderscheids hebben, m.a.w. in staat zijn tot weloverwogen keuzes. Of ze altijd verstandige keuzes doen? Nee, natuurlijk niet, maar maken wij volwassenen altijd de juiste keuze?

Ik zou als volgt willen samenvatten: Het is twijfelachtig of lof het middel is om andere mensen te motiveren of te stimuleren. Anderzijds is lof zeer nuttig als smeermiddel dat de wielen rustig en voorspelbaar laat draaien; we hebben middelen als lof nodig om intermenselijke betrekkingen in evenwicht te houden.

Misschien zullen we ooit in staat zijn meer naar binnen te kijken dan naar buiten om waardering te krijgen, minder orde en evenwicht in onze sociale structuren te aanvaarden en blij zijn dat we met meer mensen steeds nauwere betrekkingen onderhouden. Maar voorlopig zal lof ons waarschijnlijk verder op een manier dienstig zijn waarvan we ons zelden volkomen bewust zijn en zelden zullen waarnemen of inzien.

Bron: Impulse Nr. 2, jaargang 1977
Zeitschrift der Arbeitsgemeinschaft
für angewandte Individualpsychologie im
Alltag.

pagina 8 tot 18.

Oorspronkelijke Duitse titel: Das Lob in neuer Sicht.

WEDERZIJDS RESPEKT IN HET KLASLOKAAL

een functionele definitie. Harold H. Mosak.

Voor de S.T.I.P. vertaald uit *The Individual Psychologist Vol. XV no. 3 sept. 1978* door F. Ho Sam Sooi.

Sinds mensenheugenis hebben volwassenen zich erover beklagd dat kinderen te weinig eerbied/respekt tonen t.o.v. "ouderen". Een nader onderzoek van deze klacht onthult vaak dat respekt hebben voor een volwassene betekent datgene doen wat de volwassene of wat de goedkeuring van de volwassene heeft. Toch stelt deze definitie ons voor een probleem. Als leerkrachten, wordt ons vaak verteld dat we het kind (de leerling) moeten respekteren. (Dreikurs 1968). Houdt deze definitie

Waarom waardering niet geaksepteerd wordt.

Waarom nemen we een defensieve houding aan als het om waarderende woorden gaat? Voor een deel zal het wel eraan liggen, dat we ons bedreigd voelen: we moeten ons er tegen verdedigen. Door waardering worden we in ieder geval beoordeeld en we voelen ons behaaglijk als we beoordeeld worden. Als men "gewogen" wordt, kon men wel eens als "te licht" bevonden worden.

De meesten van ons voelen zich bij een negatieve beoordeling onbehaaglijk en daarom willen we graag geloven dat een positieve beoordeling het tegen-gestelde effect heeft, dat ze ons dus aansporen moet.

In werkelijkheid brengen uitingen van waardering vele van dezelfde principiële problemen en eigenschappen met zich mee als een negatieve beoordeling. Uit onderzoeken is gebleken, dat mensen zich bij iedere vorm van beoordeling onbehaaglijk voelen en zich defensief opstellen. Misschien komt dat omdat men een mens met een beoordeling vaak motiveren wil en hem in een bepaalde richting probeert te sturen; men wil een ander veranderen. Misschien is hij over zichzelf niet tevreden en wil zich wel veranderen, maar van de andere kant is hij immers zoals hij is. Hij kan zijn identiteit niet opgeven, omdat zij het antwoord mogelijk maakt op de vraag: "Wie ben ik?" Of hij zichzelf voor goed of slecht houdt, hij moet zoals hij is met zichzelf klaarkomen. Daarom is een eis die verandering verlangt, een grote bedreiging. Zelfs wanneer door de waardering maar een geringe verwachting voor verandering meege-deeld wordt, waarmee men al begonnen is, dan wordt toch een eis meegedeeld die op dezelfde manier als een negatieve beoordeling als een bedreiging ervaren wordt.

Een andere reden voor het onbehaaglijke gevoel dat men bij een positieve beoordeling heeft, kan men daarin vinden, dat de persoon die ons prijst, zich als beoordelaar of rechter gedraagt. We voelen ons onbehaaglijk als we weten, dat een ander ons niet alleen wil veranderen of in een bepaalde richting beïnvloeden, maar ons ook nog beoordeelt en daarmee een waardering geeft. Als we dan in een bepaalde situatie niet geprezen worden, voelen we ons bijzonder bedreigd, omdat we weten dat we desondanks beoordeeld worden.

Vaak is de verandering die door de waardering geëist wordt, niet eens noodzakelijkerwijs nuttig voor de geprezen persoon, maar eerder gemakkelijker voor de persoon die prijst. Als we Hansje een schouderklopje geven dat hij nog net op tijd naar de W.C. gegaan is, dan zijn we zelf er meer mee gebaat dan Hansje. De verandering die het leven van Hansje eerst moeilijk maakte, is voor ons prettig en gemakkelijk. Hetzelfde gebeurt als een vertegenwoordiger geprezen wordt, dat hij goede verkoopcontracten afgesloten heeft. Begrijpelijkerwijs voelen mensen zich bedreigd als ze in het voordeel van anderen gemanipuleerd worden. Ons geloof dat waarderende woorden door de mensen verlangd worden, heeft ertoe geleid, dat deze woorden tot een soort psychologische bonbon geworden zijn. Wij verpakken berisping in waardering of maken gebruik van de "sandwich-techniek", waarbij na waardering berisping volgt en dan weer waardering.

"Ik ben over je werk erg tevreden, Fred", zegt de chef, "Je hebt je werk goed onder de knie, maar ...". Dan hoort Fred het minder prettige deel van het verhaal, het verwijt. De chef zegt tenslotte: "Ga zo door, Fred." Zo krijgt Fred erg veel complimenten en weet hij niet wat de chef met hem deed.

Deze techniek is ook bij onderwijzers en ouders geliefd. Van jongs af aan zijn wij gewend ons automatisch of een standje voor te bereiden als we geprezen worden.

Maar in tijden waarin we meer creativiteit en zelfvertrouwen in anderen ontwikkelen willen, wanneer we een eng contact tot stand willen brengen waarin de partner zich vrij kan voelen om zichzelf te zijn, in die tijden is het nuttiger om onze eigen gevoelens eerlijk te uiten en meelevend te luisteren dan lovende opmerkingen te maken.

Laten we eens het volgende experiment doen

Als U aan het effect van uitingen van waardering, die we hier getoond hebben, twijfelt, kunt U zelf er een beetje mee experimenteren. Ga bij U zelf te rade. De eerste de beste keer als U iemand prijst, moet U erop letten welke reacties U krijgt.

- *Opent hij zich of wordt hij "defensief", wordt hij anders of onzeker?*
- *Schijnt hij het gesprek te willen voortzetten of te willen kappen?*

Maar test ook eens U zelf:

- *Hoe voelt U zich als U geprezen wordt?*
- *Hoe reageert U erop?*
- *Wat doet U en wat zegt U?*
- *Hoe voelt U zich als U zelf iemand prijst?*
- *Wat wilt U ermee bereiken?*

Een ander experiment dat misschien nog leerzamer is, is de lof die U ontvangt zo te aanvaarden als het de bedoeling schijnt te zijn. Dat betekent dat U de eerste de beste keer als U met uitingen van waardering te doen hebt, die U moeten tonen dat de spreker van deze lovende woorden U zou willen duidelijk maken dat U bekwaam of goed of handig of aantrekkelijk bent, U hem toont dat U deze waardering van Uw persoon aksepteert door bij voorbeeld te zeggen; "ik geloof dat U denkt dat ik zeer bekwaam ben" of "u moet van mij aannemen dat ik een uitstekende verkoper ben". Zijn reactie erop kan U tonen dat deze lof veel meer beoogde dan eenvoudig deze gedachten over te dragen.

zijn ze niet voor de toehoorder bedoeld.

Een reden waarom wij niet vaker luisteren, is dat het te moeilijk is. Om te ontdekken hoe moeilijk het is, moet U eens proberen in een discussiegroep de regel in te voeren, dat niemand zijn standpunt mag geven, voordat hij de persoon die vóór hem gesproken heeft, tevreden gesteld heeft doordat hij er blijk van geeft dat hij volkomen begrepen heeft wat deze persoon wilde zeggen. Dat betekent dat hij in zijn eigen woorden moet weergeven wat de andere persoon bedoelde en dan op de toestemming van de andere persoon wacht, dat hij het inderdaad juist begrepen heeft, dus dat er inderdaad goed geluisterd werd.

Als we dit doen, zal ons het volgende opvallen:

- dat het erg moeilijk is van een persoon te vernemen dat hij inderdaad dat bedoelde wat een ander dacht dat hij gemeend heeft;
- dat wij gewoonlijk op de verkeerde weg zijn als we proberen iemand te begrijpen;
- dat wij de luistertijd gewoonlijk gebruiken om ons antwoord voor te bereiden?
- dat als we gekonsentreerd luisteren, we het bijzonder moeilijk vinden ons dat te herinneren, dan zal ons opvallen, dat onze bijdrage misschien niet zo best bij het onderwerp paste;
- dat we na een paar minuten nogal moe zijn van de manier waarop we met elkaar in gesprek waren.

Een andere reden waarom we het moeilijk vinden te luisteren, is dat als we onszelf toestaan de wereld door de ogen van een andere mens te zien en zijn standpunt volledig te begrijpen, we het risico lopen dat ons eigen standpunt verandert, en verandering is iets dat we proberen te vermijden.

Bewijzen dat men een waardering waard is

Ongetwijfeld is het meest bedreigende aspect van de waardering, de verplichting die ons daarbij opgelegd wordt: we moeten bewijzen dat we de waardering waard zijn. Wanneer we een uiting van waardering aksepteran, als we werkelijk het beste van ons zelf geloven, dan zijn we verplicht, ja zelfs gedwongen, ons dienovereenkomstig te gedragen. Dat alarmeert ons. De eis voortdurend ons beste beentje voor te zetten, volkomen te beantwoorden aan onze kwaliteiten en talenten, dat is het moeilijkste probleem in ons leven en tegen deze eis moeten we ons natuurlijk verdedigen.

Het probleem van de geloofwaardigheid

Het is mogelijk dat in een bepaalde situatie, waarin men elkaar van gezicht tot gezicht ontmoet, er geen passende reactie op een waarderend woord bestaat. Ook een "dank-je-wel" bevredigt niet, hoewel het misschien de eenvoudigste manier is om uit een doodlopende gedragwijze te komen, de verlegenheid waarin men door waardering gewoonlijk gebracht wordt. Misschien is dat wel een reden, waarom men een schriftelijk woord van waardering gemakkelijker aksepteert. We kunnen ervan genieten zonder dat we verplicht zijn naar een passend bescheiden antwoord te zoeken. Het probleem ligt natuurlijk ten dele in de geloofwaardigheid.

Kunnen we dat wat degene die ons prijst, ons zou willen doen geloven, werkelijk aksepteran? Een geschreven woord van waardering kan voor ons geloofwaardiger en derhalve prettiger zijn. Dit zal beslist het geval zijn als we een lovende opmerking over ons ontdekken in een brief die niet voor ons bestemd is. Een deel van de geloofwaardigheid is van ons zelf afhankelijk. Zijn we er psychisch op voorbereid om de juistheid van opmerkingen in te zien als het om onze waarde gaat?

Als U iemand die stellig in zijn eigen ontoereikendheid gelooft, vertelt hoe knap hij in Uw ogen is, dan zal Uw opmerking vermoedelijk op weerstand stuiten. De geloofwaardigheid van een uiting van waardering wordt vastgelegd door de innerlijke noodzaak om in overeenstemming met zichzelf te leven.

Positieve functies

Als waarderende woorden om zo veel redenen zo'n bedreigende uitwerking hebben, waarom worden ze dan zo vaak gebruikt?

We hebben in ons gedragsrepertoire zeker geen gedragswijzen die niet op de een of andere manier nuttig zijn. Welke functies heeft waardering? Waarom is het een basisbestanddeel van een konversatie of voor het op gang brengen van een konversatie? Van de ene kant verwacht men prijzende woorden: we vragen er in het geheim of openlijk om. Waarom doen we dat als we het eigenlijk niet willen? Waarschijnlijk komt dat, omdat het voor ieder van ons belangrijk is door anderen voor waardevol gehouden te worden. Deze verwachting drukken we uit door woorden van waardering en soms wordt deze verwachting ook vervuld. Maar omdat de waardering zulke verschillende vormen heeft, kan men zijn twijfels hebben, of het mogelijk is ons ermee te belonen en onze waarde vast te stellen. Toch vragen we om waardering, terwijl we haar op hetzelfde ogenblik afwijzen. Misschien zijn we in onze maatschappij zo afhankelijk van de naar buiten gerichte waardering van anderen, dat we ons voortdurend ervan overtuigen moeten - domweg om er zeker van te zijn - dat we niet als waardeloos individu door het leven gaan.

Ook is het zo dat het uitspreken van waarderende woorden erg gemakkelijk is. Door waarderende woorden komt men gemakkelijk tot konversatie, en het is een feit dat de meesten van ons niet voldoende fantasie, energie, belangstelling of voorstellingsvermogen hebben om leuke verhalen te vertellen, scherpzinnige kritiek te uiten of

Het verbergen van onze gevoelens en het spelen van rollen draagt ertoe bij dat situaties voorspelbaar worden. We willen weten wat we zelf of andere mensen zullen doen of zeggen. We willen dat gedragingen gefixeerd en vertrouwd zijn, niet voortdurend spontaan en verschillend. Misschien is dit inderdaad nodig opdat een maatschappij zonder meer kan bestaan. Misschien bestaat er wel een grens voor de hoeveelheid spontaneïteit en emotionaliteit, eerlijkheid en de mate waarin mensen van elkaar verschillen, een kwantum dat door ieder willekeurig sociaal systeem gedragen kan worden.

Vreemd genoeg zijn wij even oneerlijk over onze positieve en tedere gevoelens als over de negatieve gevoelens als kwaadheid, wantrouwen, wrok of verveling. Inderdaad is het voor ons gemakkelijker eerlijk uiting te geven van onze negatieve gevoelens dan van onze positieve gevoelens. Om de een of andere reden is het voor de meeste mensen gemakkelijker uiting te geven van hun kwaadheid dan van hun gevoelens van liefde en bezorgdheid. In ieder geval zijn de momenten waarop men zich kwetsbaar opstellen kan, de mooiste ogenblikken van een mensenleven, maar het zijn geen psychisch gemakkelijke ogenblikken.

Meelevend luisteren

De andere reacties die wij nuttig vinden om een nauwe relatie te laten ontstaan, heet *luisteren*. Daarmee bedoelen we niet dat men eenvoudig wacht tot de ander uitgepraat is, maar dat we proberen te zien, welke kijk deze persoon op de wereld heeft en dat we hem dit begrip laten merken. Dit meelevende taktvolle maar niet taxerende luisteren geeft zowel antwoord op de woorden als op de gevoelens van een mens, dus op de volledige betekenis van hetgeen hij zou willen zeggen. Het houdt geen waardering, geen beoordeling, geen instemming of afkeuring in; het geeft alleen begrip voor hetgeen de persoon voelt en probeert mee te delen. En zijn gevoelens en gedachten worden geaksepteerd als voor hem geldend, ook al

Misschien zouden we een sfeer van grotere gelijkwaardigheid moeten scheppen, en soms is het nodig om nauwere kontakten tot superieure mensen tot stand te brengen. Maar wanneer lof tot statusverschillen leidt in plaats van tot gelijkwaardigheid, afstand in plaats van nabijheid schept, als lof als een bedreiging gevoeld wordt en niet als een bevestiging, hoe moet men dan een vrije, aksepterende, zelfs nauwe relatie scheppen, die een stimulerend effect heeft op onafhankelijke besluitvorming, zinvolle beslissingen en op creatieve handelingsbekwaamheid?

Veel is op dit gebied nog onbekend, maar uit een groot aantal onderzoekgebieden van de psychotherapie, opvoeding en de bedrijfsvoering blijkt ons dat misschien de belangrijkste aspecten van een nuttige relatie gevormd worden door ons vermogen om eerlijk te zijn en te luisteren. Dat klinkt bijzonder simpel, maar wij tonen deze gedragswijze zelden in onze reacties tot anderen.

Eerlijkheid

Daarmee is niet de brutale openheid bedoeld, maar het betekent dat men iets van zichzelf ook de andere mensen toont; het betekent dat men enkele gevoelens en mentaliteitsuitingen voor anderen openlegt. Dat is niet eenvoudig, want vanaf onze vroegste kinderjaren werd ons bijgebracht dat we een rollenspel moesten opvoeren, die onze gevoelens niet waarneembaar maken voor anderen, alsof men anderen kwetsen zou of moeilijker tot een relatie zou komen als men eerlijk met zijn eigen gevoelens omgaat. In feite is het evenwel precies omgekeerd: we verbergen onze gevoelens om niet te veel nauwe - misschien wel hinderlijke - betrekkingen aan te gaan. Het onvermijdelijke gevolg van het tonen en delen van gevoelens is gevoelsmatige nabijheid. Maar nabijheid - hoe stimulerend ze soms ook kan zijn - is vaak ongemakkelijk en berekenbaar. Het verbergen van gevoelens kan soms tot vervreemding leiden, maar ook veel oppervlakkig psychologisch gemak.

schitterende ideeën of taktvolle antwoorden naar voren te brengen. Eigenlijk willen we niet onder de druk van een konversatie komen - globale algemene waardering als lof is gemakkelijker en kost ons minder moeite.

Ook is, zoals we al gezien hebben, waardering een methode om ten opzichte van anderen een positie van superioriteit in te nemen, doordat men bewijst dat men in staat is anderen te beoordelen. Wij allen vinden onze persoonlijke status belangrijk en hoewel de geprezen persoon de waardering als beangstigend of vernederend ervaren kan, heeft degene die waarderende woorden uitspreekt, zelf zijn psychologische betekenis (of grootheid) sterker benadrukt; als hij een ondergeschikte prijst, heeft hij de aandacht gevestigd op zijn status of op deze status bijzonder nadrukkelijk gewezen. In dit verband is het interessant om te constateren, dat het vaak als aanmatigend of beledigend gevoeld wordt als het werk van een maatschappelijk "hoogstaand" persoon door een maatschappelijk lager ingedeelde persoon geprezen wordt. Als een leek tegen Picasso zou zeggen "U bent een voortreffelijk schilder", dan is het niet waarschijnlijk dat deze waarderende woorden goed overkomen. Om in dit geval akseptabel te zijn, moet hij zulke prijzende woorden kiezen die dit "statusverschil" duidelijk naar voren laten komen.

Waardering is ook een nuttig middel om de afstand tussen de mensen te bewaren. Er wordt een heleboel gesproken en geschreven dat we tot betere onderlinge relaties willen komen, maar als we eerlijk zijn, moeten we toegeven dat er maar weinig mensen zijn met wie we in nauw contact willen staan of die we de gelegenheid bieden met ons een hechtere relatie aan te knopen. Deze afstand tot anderen is nodig om een kleine vrije ruimte om zichzelf te hebben - psychologische elleboogvrijheid - vooral in een maatschappij, waarin ons dagelijks leven met zoveel kontakten gevuld is. Op zoek naar methoden om de afstand tot anderen te bewaren, vinden we dat prijzen een van de eenvoudigste methoden is, door het simpele feit

dat, wanneer we mensen beoordelen, waarschijnlijk geen gevoelsmatig contact tot hen tot stand gebracht zal worden. Vergelijkt U eens het effect van uitingen van waardering met het effect van andere gedragswijzen, bij voorbeeld het naar elkaar luisteren, het spreken over eigen gevoelens, en kijkt U nu zelf eens of waardering geen afstand scheidt, scheiding teweegbrengt, terwijl andere vormen van gedrag mensen met elkaar in contact brengen en tot intimiteit leiden.

Kontrolle op relaties

Waardering is ook een middel om betrekkelijke stabiele modellen van intermenselijke relaties te handhaven. Als ondernemingen zonder wrijvingen willen functioneren, is het waarschijnlijk nogal belangrijk dat men zich aan bepaalde hiërchieën of structuren houdt.

Hoe functioneert lof als middel om dit doel te realiseren? Als voorbeeld zullen we eens kijken naar een vergadering van een comite voor het oplossen van problemen, waarin aan de ene zijde van de hiërchie de vice-president van een onderneming en aan de andere zijde de nieuwe jonge assistent zitting heeft.

Als nu de assistent het beste en nuttigste idee naar voren brengt, moet een manier gevonden worden hoe men dit idee kan aksepteren zonder daarbij de status of het prestige van de vice-president in de ogen van de anderen te verlagen (of te verzwakken) en daardoor de stabiliteit of eensgezindheid in de groep te verstoren. De vice-president zou spontaan tegen de jonge assistent kunnen zeggen: "Dat is een zeer goed idee, jonge man". Deze niet bijzonder eenvoudige uiting van waardering heeft de hele situatie "gesmeerd"; de persoonlijke status bleef gehandhaafd (we herinneren ons de waardering als middel om het recht op zijn status te doen gelden); de jonge man werd herinnerd aan zijn plaats in de hiërchie en de groep bevindt zich weer in een aangenaam evenwicht. Nu kan de

groep het idee van de jonge man gebruiken zonder dat naar psychologische structuur in diskrediet gebracht wordt.

Het verbaast me steeds weer, hoe vaak we waarderende woorden spreken als teken dat een gesprek of onderhoud geëindigd is. Luistert U zelf maar eens en probeert U voor U zelf maar eens te ontdekken hoeveel intermenselijke transakties op een positieve waardering uitlopen.

"We hebben goed met elkaar van gedachten gewisseld" wil eigenlijk zeggen "Ik ben klaar met dit gesprek" en "U doet dat uitstekend, gaat U zo door" geeft eveneens te kennen dat het gesprek afgelopen is. Als ouders die veel om handen hebben, tegen hun kind dat hun juist de nieuwste kreative getoond heeft, zeggen: "Ja, Dre, dat is een erg leuke tekening", zullen ze waarschijnlijk de relatie met hun kind niet verbeteren, maar een gesprek afkappen of uit de weg gaan. Het betekent vaak hetzelfde als: Ga weg, ik heb nu geen tijd. Natuurlijk moeten we een methode hebben om zo iets te zeggen, en waarderende woorden zijn een zeer effectief middel.

We hebben dus gezien dat lof ons de mogelijkheid biedt om een ontmoeting te beëindigen, ons helpt om een bepaalde psychologische afstand tussen ons en andere mensen te handhaven, ons de mogelijkheid geeft om onze sociale rang te handhaven, kortweg gezegd, om onze sociale relaties onder kontrolle te houden. Lof functioneert als een van de belangrijkste middelen, waardoor we konstante structuren en een evenwicht in iedere organisatievorm kunnen handhaven.

Een bruikbaar alternatief

Als we bij andere mensen initiatief, creativiteit, kritische zin en de bekwaamheid om problemen op te lossen willen bevorderen, moeten we op hun innerlijke motivatie vertrouwen. We moeten de anderen laten merken dat zij niet onder ons toezicht staan.