

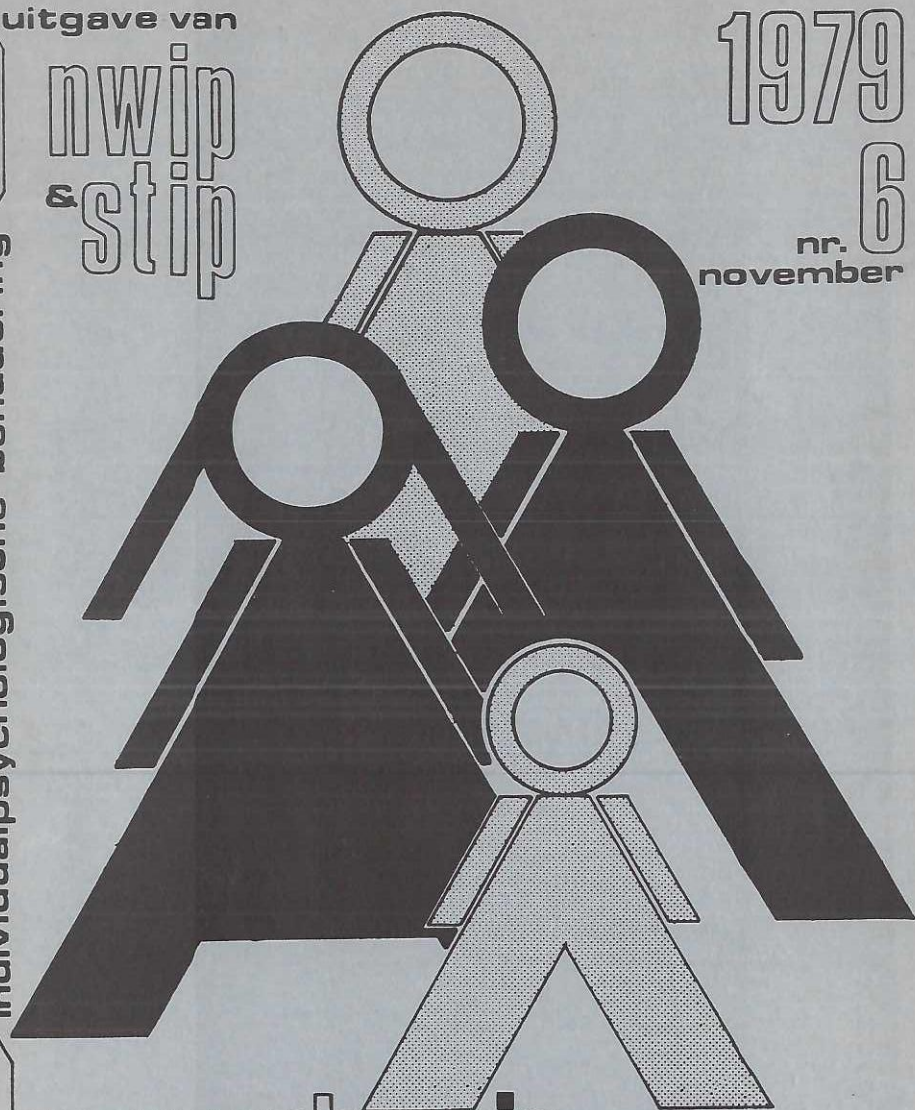
**Voortdurend bemoedigen of
ontmoedigen we de mensen
met wie wij omgaan en
daardoor beïnvloeden wij
daadwerkelijk hun mogelijkheden
om het leven aan te kunnen.**

Rudolf Dreikurs (1897-1972)

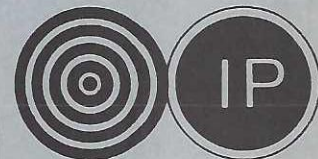
uitgave van
**nwip
&
stip**

individualpsychologische benadering

1979
nr. 6
november



mensenkennis
opvoeding
persoonlijke groei



MENSENKENNIS, OPVOEDING en PERSOONLIJKE GROEI, is een tweemaandelijks blad, bestemd voor allen die in de individualpsychologie van Alfred Adler geïnteresseerd zijn. Het is een voortzetting van het MEDEDELINGEN-BLAD van de N.W.I.P. en het tijdschrift OPVOEDING en ZELFOPVOEDING van de S.T.I.P. Het blad wordt toegezonden aan alle leden van de N.W.I.P. en aan hen die door een jaarlijkse bijdrage (van minimaal f 25,-) het werk van de S.T.I.P. steunen. N.W.I.P. en S.T.I.P. zijn volkomen onafhankelijke organisaties.

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie N.W.I.P.

Doelstelling:

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

Realisering:

Het organiseren, sinds ruim 30 jaar, van een tweejarige avondkursus. Het organiseren van voordrachten en studiekringen. Samenwerking met verwante organisaties in nationaal en internationaal verband. Het uitgeven van dit blad.

Adressen:

Sekretariaat N.W.I.P.: Dhr. C. Peper,
Meerweg 6
2103 VC HEEMSTEDÉ
Telefoon: 023-287593

Penningmeester N.W.I.P. Dhr. P. Hummelen,
Laan van Parijs 124
2034 EJ HAARLEM
Telefoon: 023-340088
Postgironr.: 476400

Kursussekretariaat N.W.I.P.
Mw. B.J.M. Strobosch-van Duijne,
Raphaëlstraat 18'
1007 PT AMSTERDAM
Telefoon: 020-794363

Stichting voor Toepassing van de Individualpsychologie S.T.I.P.

Doelstelling:

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

Realisering:

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

Adressen:

Sekretariaat S.T.I.P.: Margiet Ebbing,
Zesde Donk 114
5233 XC 's HERTOGENBOSCH
Telefoon: 073-416189

Penningmeester S.T.I.P.: Maria Dekkers,
Teisterbantstraat 28
6825 CK ARNHEM
Telefoon: 085-615558
Postgironr.: 3101100

Informatie en dokumentatie S.T.I.P.:
POSTBUS 16
6930 AA WESTERVOORT
Verkoop boeken en brochures S.T.I.P.:
Adrie en Miep van der Horst,
Vredenburgstraat 47
6931 EC WESTERVOORT

In de redactiebegeleidingskommissie van dit blad hebben zitting: Alie Huisman, Lennie Richard Stuurman, Henk van Asperen, Adrie en Miep van der Horst, Toos ten Brink en Hans Maussen.

Redaktieadres: MENSENKENNIS, OPVOEDING
PERSOONLIJKE GROEI:
Vredenburgstraat 47
6931 EC WESTERVOORT

Adreswijzigingen zenden naar:
S.T.I.P.
POSTBUS 16
6930 AA WESTERVOORT

Het is gebleken dat de visie van de individualpsychologie I.P. op de persoonlijkheid van de mens van groot nut is voor de pedagogie, de orthopedagogie, de psychotherapie en alle beroepen waarin intermenselijke relaties belangrijk zijn.

Een korte beschrijving volgt hier als kennismaking.

De I.P. ziet de mens als een doelstrevend wezen. Het kind vormt zich uit zijn ervaringen een mening over zichzelf, zijn waarde, zijn plaats in de wereld. Op deze basis gaat het zich een onbewust doel stellen dat strevingen bevat als superioriteit, zelfverwezenlijking, sociale integratie enz. Dit zelfgekozen doel gaat dan sterk motiverend werken op het gedrag, op de opbouw van een gedragspatroon, de levensstijl. De mens wordt dus gezien als kiezend, stellingnemend, creatief. In deze sfeer ligt ook de grote belangstelling, die de I.P. heeft voor begrippen als gevoel voor eigenwaarde en minderwaardigheidsgevoel, moed en ontmoediging, gemeenschapszin. Zij zijn immers bouwstenen van de 'mening' en deze is weer de basis van het levensdoel en de levensstijl.

In de naam I.P. zit het woord 'individu', dat 'ondeelbare eenheid' betekent. Hierin wordt tot uitdrukking gebracht dat de mens als eenheid streeft naar zijn doel. Eigenschappen, vermogens, aanwensels, lichamelijke uitdrukkingswijzen en symptomen zijn middelen die door de mens worden gebruikt in dienst van het doelstreven.

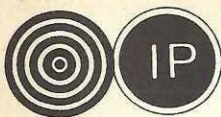
Naast de sterke motiverende kracht, die via de doelstelling van de mening uitgaat, mag de invloed van de gewenning niet over het hoofd worden gezien. Gefixeerde gedragspatronen berusten dus op twee pijlers en kunnen dan ook alleen effectief worden veranderd als naast bewustmakende inzichtgevende therapie voldoende aandacht wordt besteed aan training in een nieuwe gedragswijze, een soort herscholing in de sfeer van gedragingen en gewoonten.

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

Hij beschrijft gemeenschapszin als een aangeboren vermogen, dat ieder mens als zodanig van nature heeft omdat hij slechts onder de mensen kan opgroeien en cultuur verwerven, anderszijds als iets dat bewust verder moet worden ontwikkeld, zodat de enkeling bereid is met anderen rekening te houden, aan het functioneren van een groter geheel bij te dragen en mee te werken aan noodzakelijke veranderingen en verbeteringen.

Alleen zo is menswaardig leven in huwelijk, gezin, beroep en samenleving mogelijk. Gemeenschapszin is dus gave én opgave. Uit het bovenstaande blijkt dat de I.P. veel aandacht besteed aan de vrijheid en de verantwoordelijkheid die de mens, als hij tenminste niet diep celebraal is gestoord, t.a.v. zijn eigen lot heeft. De zogenaamde oorzaken worden teruggebracht (zoveel mogelijk) tot wat ze meestal werkelijk zijn, n.l. aanleidingen of verleidingen die minder dwingend zijn dan ze lijken.

De individualpsychologie van Alfred Adler wordt in Nederland vertegenwoordigd door de Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie N.W.I.P. en de Stichting voor Toepassing van de Individualpsychologie S.T.I.P. Ook in verscheidene andere landen bestaan dergelijke organisaties die worden overkoepeld door de International Association of Individual Psychology.



-activiteiten----- winter 1980 ----- voorjaar 1980-----

- OPVOEDING & ONDERWIJS** **12 of 19 januari:** Manford Stonstegard in Den Haag
Dr. Manford Stonstegard, vroeger medewerker van Rudolf Dreikurs, komt uit de U.S.A., waar hij o.a. president van de American Society of Individual-Psychology en redakteur van de Individual-Psychologist was. Momenteel reist hij als een ambassadeur door een aantal Europese landen. In januari komt hij naar de American School te Den Haag. Belangstellenden in de I.P. worden uitgenodigd om deel te nemen aan demonstraties en workshops met video die hij zal leiden. Nadere gegevens ontvangt u in december.
- N.W.I.P.** **26 januari**
23 februari
22 maart Op deze datums vinden lezingen plaats in hotel Krasnapolsky (ingang Warmoesstraat) te Amsterdam
Aanvang 15.00 uur, toegang gratis, ook niet-leden zijn welkom.
- Kommunikatie** **29 en 30 maart:** Studieweekend o.l.v. Boudewijn Anker
in conferentiehuys "Ingeborg" te Leusden-zuid. Max.aantal deelnemers 35 à 40 kosten voor deelname ongeveer f 40,- p.p. Onderwerp en aanmeldingsformulier volgen nog. Houd deze datum vast vrij!
- Zelfopvoeding** **11 april:** Avondlezing door Theo Schoenaker, waarschijnlijk in Utrecht
- Huwelijk & Partnerschap** **12 en 13 april:** Therapieweekend voor echtparen en a.s. echtparen, o.l.v. Toni en Theo Schoenaker te Leusden-zuid
Aan dit weekend kunnen maximaal 14 (echt)paren deelnemen. De kosten bedragen f 100,- p.p. therapiekosten plus ongeveer f 70,- pensioen-kosten p.p. (dus ongeveer f 340,- per (echt)paar). Belangstellenden kunnen zich opgeven bij Adrie/Miep van der Horst, Vredenburgstraat 47 6931 EC Westervoort. Telefoon 08303-2964.
- OPVOEDING & ONDERWIJS** **26 april:** Studiedag voor ouders en leerkrachten o.l.v. Bill Nicoll (Plaats nog niet bekend)

U ontvangt t.z.t. nog nadere bijzonderheden over deze activiteiten. Inlichtingen kunt u krijgen bij het secretariaat van de S.T.I.P., voor de onderwerpen van de lezingen in Krasnapolsky kunt u het beste even contact opnemen met het secretariaat van de N.W.I.P. (Dhr. Peper)



MENSENKENNIS, OPVOEDING
en PERSOONLIJKE GROEI,
november 1979
1^e jaargang nr. 6

M.O.P.g. is een voortzetting van **Opvoeding en Zelfopvoeding**, 5^e jr.gang nr. 6 en Mededelingenblad N.W.I.P. 29^e jaargang nr.2

Aan de totstandkoming van deze uitgave werkten o.a. mee:

Corry en Jos Ras
Lenie Richard-Stuurman
Henk van Asperen
Alie Huisman
Wim van Alphen

Theo Schoenaker
H.C.Rutten-v.Berghem
Bernie en Kees Weiss
Adrie en Miep v.d.Horst
Hans Maussen
Margiet Ebbing
Maria Dekkers
e.a.

In december verschijnt een extra uitgave van M.O.P.g met een adreslijst van alle I.P. belangstellenden in Ned.

mensenkennis opvoeding persoonlijke groei

INHOUD VAN DIT NUMMER:

- Blz. 138 Beste lezers....bestuur S.T.I.P.
141 Privé-logica door Theo Schoenaker
152 Wijsheid en Vooroordelen verslag van het studieweekend van 22/23 september
156 Het 25^e Internationale I.P. congres een impressie door Henk van Asperen en Alie Huisman
158 Specifieke technieken om schoolgaande kinderen te bemoedigen samenvatting van een artikel van Dr. J.M.Platt door Wim van Alphen
163 Is ons gevoel wel zo betrouwbaar als wij menen? door Lenie Richard-Stuurman
164 AKTIVITEITEN WINTER/VOORJAAR 1980

In december a.s. verschijnt een EXTRA uitgave van dit tijdschrift met. o.a.:
-een landelijke adreslijst van I.P. geïnteresseerden
-méér gegevens over en aanmeldingsformulieren voor bijeenkomsten e.d.
-een literatuurlijst en een bestellijst voor boeken en brochures
-bestuurlijke mededelingen

Uw bijdragen voor dit nummer dienen uiterlijk 1 december in het bezit van de redactie te zijn.

Mist u nog één of meerdere exemplaren van dit tijdschrift, vraag deze dan aan bij: S.T.I.P.
Postbus 16, 6930 AA Westervoort

Wilt u één of meer artikelen uit dit tijdschrift overnemen, neem dan vooraf even contact met de redactie op.

**In dit democratische tijdperk
houdt verantwoordelijkheid in
dat wij besluiten wat wij zelf
doen willen en niet wat anderen
doen moeten.**

Rudolf Dreikurs

MEDEDELING VOOR DE LEDEN VAN DE NEDERLANDSE WERKGEMEENSCHAP VOOR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE N.W.I.P.

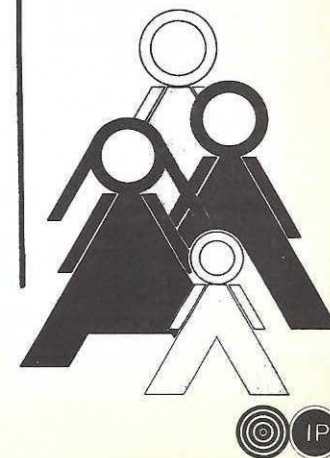
Op 8 december a.s. is de jaarlijkse ledenvergadering. Deze wordt gehouden in hotel KRASNAPOLSKY, ingang Warmoesstraat te AMSTERDAM. Aanvang 14.00 uur.

Mevr. Louky van Dijk neemt, na ruim 30 jaar als bestuurslid en bibliothecaresse haar steentje te hebben bijgedragen aan het werk voor de I.P. in Nederland, afscheid van het bestuur. Aan dit afscheid zal op feestelijke wijze aandacht worden geschonken. Uw aanwezigheid daarbij zal bijdragen om hiervan een onvergetelijke gebeurtenis te maken!

Aansluitend zal dhr. drs. Hans von Sassen, voorzitter van de N.W.I.P. een lezing houden met als onderwerp:

"VOORKOMEN EN GENEZEN"

De aanvang van deze lezing is ong. 15.00 uur, de toegang is gratis en iedere belangstellende is welkom.





Beste lezers,

Westervoort, november 1979

U heeft belangstelling voor de individualpsychologie, mogelijk bent u er reeds lang mee vertrouwd of maar kort geleden leren kennen.

Wij denken dat u evenals wij heeft ervaren hoe moeilijk het is om als eenling de ideeën levend te houden, te gebruiken en te verwerken.

Op onze bijeenkomsten heeft u de gelegenheid om 'bij te tanken', maar wellicht heeft u ook behoefte om eens met (een) ander(en) ervaringen uit te wisselen.

Het is onze wens in zo veel mogelijk plaatsen in Nederland (en België) mogelijkheden te scheppen waar mensen kennis kunnen maken met-, en vertrouwd kunnen raken met- en bezig kunnen zijn met individualpsychologie.

Aan het scheppen van die mogelijkheden kunt u uw medewerking verlenen. U hoeft immers geen expert te zijn om met anderen over individualpsychologie in gesprek te komen. Mogelijkheden zijn b.v.:

- a. uw huis openstellen voor belangstellenden uit uw regio, b.v. praatavond(en) over (zelf)opvoeding
- b. een studiegroep vormen rond een I.P. boek
- c. een serie gespreksbijeenkomsten houden rond het boek van Dreikurs "Kinderen dagen ons uit" (een handleiding voor f 10,- verkrijgbaar bij de S.T.I.P.)
- d. deelnemen aan (nog te organiseren) korte introductiekursus Individualpsychologie in uw regio met aansl. korte themagebonden vervolgcursus
- e. bijwonen van lezingen en demonstraties
- d. deelnemen aan werk en studieweekenden

Het bestuur van de S.T.I.P. bestaat uit een handvol vrijwilligers (leken) die hun handen al vol hebben met de aanmaak en uitgave van literatuur, organisatie van bijeenkomsten, weekenden, tijdschrift, administratie, correspondentie e.d. Uitbreiding van de activiteiten is alleen maar mogelijk dank zij uw inzet

IS ONS GEVOEL WEL ZO BETROUWBAAR ALS WIJ MENEN ?

Door Lenie Richard-Stuurman

Als individualpsychologen weten we dat ons gevoel tendentieus gekleurd wordt door ons levensdoel en onze levensstijl.

Het volgende voorvalletje laat zien hoe we nu net niet op ons gevoel moeten afgaan en handelen.

We zitten in de tuin als de kinderen (7 en bijna 4) omringd door de buurtkinderen naar ons toekomen met een ernstige klacht over een buurjongen (9 jr.). Hij had een kurk in Ronald's mond en oor gestopt. (R is bijna 4). Moeder vraagt: "Waarom deed Peter dat?" Antwoord: "Zomaar.". "Heeft Ronald gehuild?". "Ja." Ik vroeg moeder: "Wat is Peter voor een jongen?" Antwoord: "De moeder is gescheiden, werkt, de kinderen zijn met de vakantie allemaal thuis onder toezicht van een 14 jarig zusje dat nogal bazig is. Ook hun moeder is nogal streng en autoritair." Ik zei: "Dan helpt het niet als je hem ook een klap gaat geven, ervan uitgaande dat hij zich dan nog onmachtiger gaat voelen en zich weer schadeloos zal trachten te stellen ten koste van weerloze kindertjes of dieren. Je zou hem wel kunnen laten merken dat je ervan weet en het niet aardig van hem vindt. Maar in de eerste plaats moet hij weten dat hij veilig is en begrepen wordt." Even daarna gaat moeder erop af. Als ze terugkomt zegt ze met Peter gepraat te hebben. Ze had gezegd: "Speelt jouw zusje een beetje teveel de baas over jouw?" "Ja." "Wou jij ook wel eens de baas zijn en heb je daarom Ronald die kurk in zijn mond gestopt? Ronald kan niets terug doen hé..... .. jij óók niet als je zusje de baas over je speelt." Eerst had hij opzij weggekeken, maar toen keek hij haar aan en knikte bevestigend. Moeder zegt: "Je zou ook iets leuks voor de kleintjes kunnen bedenken, dan ben je ook de baas, een leuke baas, en dan vinden we je allemaal veel aardiger." Daarna was het gesprek afgelopen, ze had het erg goed besproken met die positieve hint op het eind. Maar ze voegde me wel toe: "Ik had hem toch erg graag een lel willen geven." Gelukkig heeft moeder haar gevoel in dit geval niet laten gelden.

Per leerling wordt dan in een apart groepsgesprek bekeken hoe deze door de onderwijzer en door zijn medeleerlingen is te bemoedigen. Het is wenselijk deze opmerkingen op te schrijven en deze aan de desbetreffende leerling te geven, omdat deze leerling gedurende het klasgesprek dat over hem gaat waarschijnlijk niet alles kan opnemen en het is erg belangrijk voor hem om alle opmerkingen te kennen.

De ervaring met deze methode heeft geleerd dat de sfeer in de klas zeer snel veel beter en positiever is geworden, omdat de leerlingen bij elkaar uitkijken naar positieve gedragsvormen en prestaties en elkaar hierin stimuleren.

Uit bovenstaand verhaal blijkt weer eens hoe belangrijk het is om kinderen continu te bemoedigen. Rudolf Dreikurs zei al: "Zoals een plant water nodig heeft, zo heeft een kind bemoediging nodig".

Dit artikel is samengesteld door Wim van Alphen

AANMELDINGSFORMULIER

naam :

adres :

postcode :

Woonplaats :

telefoon :

(ev. beroep):

heeft belangstelling voor het werk van de Stichting voor Toepassing van de Individuele psychologie S.T.I.P. en heeft/wil

* een jaarlijkse bijdrage overmaken/ een bijdrage overgemaakt van f. op gironummer 3101100 t.n.v. S.T.I.P. te Arnhem en ontvangt daarvoor:

-het tijdschrift "Mensenkennis, Opvoeding en Persoonlijke groei",

-uitnodigingen voor lezingen en studiedagen,

-redukatie op de prijs van boeken en brochures

wenst nadere inlichtingen over:



Zenden aan:
 Sekretariaat S.T.I.P.
 Margriet Ebbing
 Zesde Donk 114
 5233 XC 's Hertogenbosch
 Telefoon 073-416189

* een minimum van f 25, per jaar

We zien daarom graag dat zich z.g. regionale 'aktiecentra' vormen, die zelfstandig aan het werk gaan. Het bestuur neemt graag de coördinatie daarvan op zich en kan zorgen voor (de aanmaak van) het benodigde materiaal.

Zo'n 'aktiecentrum' zien we graag bemand door een groepje actieve mensen die in 'hun' regio de daar mogelijke initiatieven gaan ontplooiën, zoals:

- het opzetten en begeleiden van praatgroepen over (zelf)opvoeding
- het organiseren van kennismakingsbijeenkomsten
- het plaatsen van artikelen in buurtbladen
- het beheren van een contactadres
- regelen van akkomodatie voor kursussen e.d.
- het doorgeven van activiteiten aan het bestuur en het maken van een verslag voor dit tijdschrift

Tijdens het studieweekend van 3 en 4 november in Arnhem is dit plan reeds gelanceerd; dit leverde al de volgende contactadressen op. Woont u bij hen in de buurt neem dan eens contact op, wellicht kunt u meehelpen

Omgeving Den Haag: Gerda Fierst v. Wijnandsbergen
 Pr. Ireneplantsoen 19 Rijswijk, Tel. 070-940230

Omgeving Rotterdam: Willem de Groot
 v. Kinsbergenplaats 18 Vlaardingen Tel. 010-352791
 en: Joop en Wil Haak
 Lemsterlandhoeve 12 Vlaardingen Tel. 010-741427

Noord-Brabant: Els v.d. Berselaar en Joep v Ruremonde,
 Christinastraat 36 Berlicum, Tel. 04103-1933
 en: Corry en Ros Ras
 Irenestraat 4 Veldhoven, Tel. 040-531350

Noord-Holland: Solveig v.d. Hoeven
 Huizingalaan 50 Heemstede Tel: 023-287605

Noord-Veluwe: Riet Pieters
 Tuinfluiterstraat 9 Ermelo, Tel. 03417-4599

Zuid-Veluwe e.o. Cor v.d. Berg
 Reeboklaan 24 Wageningen, Tel. 08370-15065

Omgeving Heerlen: Fam. Ben en Iet Agterhorst
 Exdel 17 Nieuwenhage Tel. 045-315368

Is er bij u in de buurt nog geen kontaktadres, overweeg dan eens of dat uw adres niet kan zijn!

Om het onderling kontakt tussen de belangstellenden te vergemakkelijken zullen we in de loop van December een extra M.O.P. laten verschijnen met daarin een zo volledig mogelijke adreslijst. U kunt dan uitzoeken wie er bij u in de buurt woont en die mogelijk eens met een briefje uitnodigen voor een gespreksavond.

Als u meent op één of andere wijze hulp te kunnen bieden bij de verspreiding van de I.P. of aan het werk van de organisaties N.W.I.P. en S.T.I.P., b.v. als inleider, vertaler van boeken en artikelen, docent, leider van werkweekeinden, kontaktadres enz. enz., neem dan a.u.b. kontakt op met het sekretariaat van de S.T.I.P. (p/a Margiet Ebbing, Zesde Donk 114 5233 XC 's Hertogenbosch, tel. 073-416189).

Individualpsychologie is een 'gezond' model voor het omgaan met jezelf en de ander. Ook in de opvoeding en het omgaan met kinderen op school levert de I.P. een 'werkwijze' van onschatbare waarde. De I.P. kan daarom een bijdrage leveren aan de verbetering van onze maatschappij, in deze én in de volgende generatie(s).

Laten we daarom alle beschikbare krachten bundelen en daar inzetten waar dat mogelijk is.

Iedereen kan dat doen wat in zijn vermogen ligt.



Namens het bestuur van de S.T.I.P.

Adrie van der Horst

Naam (namen):

Adres(sen) :

Telefoon:

Wil(len) 'aktie' voeren in de regio:.....

gaan werken. Dit laatste sluit niet uit dat de ouders en de onderwijzer niet moeten samenwerken, maar bevrijdt de ouders van hun politierol die ze zichzelf vaak (willen) opleggen t.a.v. het functioneren van hun kind op school. De ouders hoeven immers niet de verantwoordelijkheid op zich te nemen voor de prestaties en het gedrag van het kind. Door beide helften van de kaart te bespreken, wordt de ouders een juist beeld getoond van de stand van zaken en wordt voorkomen dat de ouders en de leerling ontmoedigd raken. -In de periode volgend op dit overleg kan de onderwijzer er bij de leerling en de ouders de moed in houden door regelmatig aan de ouders te rapporteren over de vooruitgang van de leerling (zie A. en B.) Deze rapportage is een van de belangrijkste stappen van de procedure om de ontwikkeling van het kind te bevorderen, omdat als de pogingen van de leerling om zich op bepaalde gebieden te verbeteren niet door de onderwijzer en de ouders onderkend en gestimuleerd worden, de leerling het in de regel snel opgeeft en terug valt in zijn oude gedrag.

E. Schriften met positieve opmerkingen van klasgenoten

Veel leerlingen ontmoedigen elkaar door te kijken naar wat hun medeleerlingen fout doen en ze hiervoor te bekritisieren. De leerlingen kunnen echter worden getraind juist te gaan letten op de positieve eigenschappen en positieve daden van hun klasgenoten.

In een groepsgesprek kan eerst gediscussieerd worden over de stelling dat de meeste mensen aandacht nodig hebben. Daarbij kunnen de negatieve gedragsvormen worden besproken waarmee de leerlingen wel eens de aandacht op zich proberen te vestigen. Daarna kan worden geprobeerd een lijst op te stellen van positieve gedragsvormen en van methodes hoe de leerlingen elkaar positieve aandacht kunnen geven.

C. Mentorschap

Adler gaat uit van het idee dat de mens een sociaal wezen is, dat er bij wil horen en een eigen plaats wil hebben. Iemands geestelijke gezondheid kan dan ook sterk bepaald worden door de mate van zijn sociale belangstelling en gemeenschapsgevoel. Het optreden van leerlingen als mentor biedt een praktische mogelijkheid voor schoolgaande kinderen om hun sociale belangstelling te ontwikkelen. Het gevoel dat een leerling krijgt door als mentor (begeleider) van een jongere leerling op te treden, is een van de belangrijkste ervaringen die kinderen op school kunnen opdoen. De praktijk heeft al geleerd dat zowel de mentor als 'zijn leerling' sterke vooruitgang boekt in zijn sociaal gedrag en zijn leerprestaties.

D. Overleg tussen leerling, onderwijzer en ouders

Het voeren van overleg tussen leerling, onderwijzer en ouders over de prestaties en het gedrag van de leerling op school, raakt steeds meer in. Dit overleg kan ontmoedigend werken tenzij men realistisch en positief te werk gaat. Daarvoor kan de volgende stapsgewijze procedure worden gevolgd:

- Door de onderwijzer worden op de linkerhelft van een kaart alle vorderingen in gedrag en leerprestaties van de desbetreffende leerling opgeschreven. Op de rechterhelft schrijft hij de punten op waar de leerling nog aan moet werken.
- De kaart wordt met de leerling doorgesproken en zo nodig gecorrigeerd en aangevuld.
- Hierna wordt een bijeenkomst tussen leerling, onderwijzer en ouders georganiseerd, waarbij de onderwijzer er voor zorgt dat het gesprek positief gericht wordt op de vorderingen die de leerling maakt en op de zaken waaraan de onderwijzer en de leerling samen willen

PRIVE LOGICA

Theo Schoenaker

Voordracht gehouden in augustus 1978 op de universiteit van ESSEX, Engeland, tijdens de ICASSI, de internationale Rudolf Dreikurs zomerschool.

*200 jaar geleden schreef Emanuel Kant:
"Das einzige Merkmal, das alle geistigen
Störungen gemeinsam haben, ist der VERLUST
DES GEMEINSINNS (Sensus Communis) UND DER
DAGEGEN EINTRETENDE LOGISCHE EIGENSINN
(Sensus Privatus)....."*

Kant zet twee begrippen tegenover elkaar: a. *Sensus Communis* en b. *Sensus Privatus*. *Sensus Communis* staat voor gemeenschapszin en *Sensus Privatus* staat voor op zichzelf gericht zijn.

Alfred Adler heeft zijn ideeën over prive-logica van Kant geleend. Dit is niet verbazingwekkend als we weten dat tijdens de eerste Adlerbijeenkomsten, die onder Adlers leiding plaats vonden in cafe's in Wenen, ook leerlingen van Kant zaten.

Wie Adler in zijn ontwikkeling volgt, tussen het jaar 1907, waarin hij "*Die Studie über Minderwertigkeit von Organen*" publiceerde en het jaar 1937, waarin hij in Aberdeen, Schotland, op straat stierf, merk op hoe Adler gezocht heeft naar juiste uitdrukkingen en hoe hij voor belangrijke individualpsychologische grondbegrippen, zoals b.v. '*levensstijl*' en '*gemeenschapsgevoel*' in de loop der tijd andere benamingen gebruikt heeft. Hetzelfde geldt voor het thema privé-logica. We vinden uitdrukkingen als: '*privé-wereld*', '*privé wereldbeschouwing*', '*privé intelligentie*' en '*geïsoleerde intelligentie*'. Evenals bij Kant staan al deze begrippen tegenover een ander, n.l. '*common sence*', ook wel '*gezond verstand*' genoemd of '*gemeenschapszin*' en '*gemeenschapsgevoel*'. Adler scheert in "*Sinn des Lebens*" inderdaad *common sence* en gemeenschapsgevoel over een kam. Voor hij het

begrip 'gemeenschapsgevoel' vormde, gebruikte hij het woord 'gemeenschapszin'.

PRIVÉ

Privé betekent: "aan één persoon toebehorend", of "niet voor iedereen toegankelijk". In het Rudolf Dreikurs Instituut in Züntersbach is een deur met het opschrift PRIVÉ. Daar achter zijn ruimten die niet iedereen op ieder ogenblik met ons kan delen. Daar zijn we onder elkaar en daar spreken we ook wel eens een taal die niet door iedereen begrepen wordt. Een andere ruimte heet: GEMEINSCHAFTSRAUM. Daar komen we allen bij elkaar, daar is iedereen welkom en daar wordt een taal gesproken die iedereen begrijpt. Zo kunnen we nu 'privé-logica' ook begrijpen als een logica die niet voor iedereen toegankelijk is, niet de algemene logica.

Des te verder iemands logica verwijderd is van de algemene logica, des te eerder zullen we die logica als een privé-logica zien. Als iemand op de binnenplaats van een psychiatrische kliniek met zijn rechterhand achter de knopen van zijn vest staat en in de verte turend zijn onzichtbare soldaten toebrult en ons dan toevertrouwt dat hij Napolion is, weten we dat hij zich vergist. Voor ons is Napolion in 1821 gestorven. Wij begrijpen dat dit gedrag de *privé logica van die man laat zien*.

Om het begrip *privé logica* beter te kunnen bevatten geeft Adler het volgende voorbeeld:

*Over de leidster van een kleine religieuze sekte wordt de volgende anekdote verteld:
Op een dag riep zij haar aanhangers samen en vertelde hen dat het einde van de wereld was vastgesteld op de komende woensdag. Haar aanhangers waren diep onder de indruk, zij verkochten hun bezittingen, onthielden zich van alle wereldse genoegens en wachtten opgewonden op de voorspelde*

het nut kunnen laten inzien van het geven van positieve aandacht i.p.v. negatieve aandacht.

Bij het schrijven van zo'n bemoedigingsbrief kan het wenselijk zijn onder meer aan de volgende punten aandacht te besteden:

- De brief moet niet alleen gaan over de verbeteringen (vorderingen) die de leerling heeft bereikt, maar ook over de *pogingen tot verbeteringen die door de leerling zijn gedaan* (op kracht kan men bouwen, niet op zwakte). Het gaat er daarbij niet om of de situatie nu al helemaal naar tevredenheid is of niet.
- De dingen concreet bij hun naam noemen en ze niet mooier voorstellen dan ze zijn. Bijvoorbeeld: beter is het om te schrijven: "Johnny werkt hard aan woorden die een lange klinker bevatten" dan te schrijven: "Johnnny leest al stukken beter".
- De manier waarop de betreffende leerling met zijn klasgenoten omgaat (sociaal gedrag).

B. Bemoedigingsbrieven van het schoolhoofd aan de ouders

Kinderen worden meestal naar het schoolhoofd gestuurd als ze zich niet goed hebben gedragen. Om op een bemoedigender wijze te werk te gaan, kan het schoolhoofd aan zijn leerkrachten voorstellen voortaan voor iedere leerling die ze wegens wangedrag naar hem toesturen in dezelfde week minstens vijf leerlingen naar hem toe te sturen, die zich in die week beter zijn gaan gedragen. Zo komt het schoolhoofd ook op een plezieriger wijze met leerlingen in contact. Door tevens iedere leerling te voorzien van een schriftje waarin aantekening wordt gemaakt van zijn vorderingen en verbeteringen, kan ook het schoolhoofd, op grond hiervan en eventueel in overleg met de desbetreffende onderwijzer, de ouders positieve berichtjes sturen. Ouders hebben immers ook bemoediging nodig.

SPECIFIEKE TECHNIEKEN OM SCHOOLGAANDE KINDEREN

TE BEMOEDIGEN

In deze samenvatting van het artikel van Dr. John M. Platt getiteld 'Specific techniques for the encouragement of children in a school setting', worden een vijftal methodes beschreven die kunnen worden gebruikt om schoolgaande kinderen te bemoedigen.

- A. Bemoedigingsbrieven van de onderwijzer aan de ouders
- B. Bemoedigingsbrieven van het schoolhoofd aan de ouders
- C. Mentorschap
- D. Overleg tussen leerling, onderwijzer en ouders
- E. Schriften met positieve opmerkingen van klasgenoten

A. Bemoedigingsbrieven van de onderwijzer aan de ouders

Uit ervaring is gebleken dat het aan de ouders sturen van brieven met opmerkingen over negatief gedrag en slechte schoolprestaties van hun kind zo goed als niets hielp. Bij enkele leerlingen trad tijdelijk verbetering op, maar al gauw vielen zij weer terug in hun oude gedrag. De overtuiging ontstond dat door deze ontmoedigde benaderingswijze de leerlingen juist in hun gedrag volhardden en velen zelfs geen poging meer ondernamen om zich te beteren. Daarbij kwam dat, als het kind ontmoedigd raakte, waarschijnlijk ook de ouders de moed verloren.

Met het idee dat rapportage van *verbeteringen en vorderingen* daarentegen bemoedigend zou werken, werd begonnen de ouders zogenaamde bemoedigingsbrieven te sturen. Deze brieven zouden tevens kunnen helpen bij het tot stand brengen van een positieve relatie tussen ouders en onderwijzers, ouders en kind en tussen onderwijzer en kind. De brieven zouden de ouders ook

katastrofe.... De woensdag ging echter zonder bijzondere gebeurtenissen voorbij. Op donderdag stelden zij een groepje samen die om een verklaring moest vragen. Zij zeiden: "Zie de moeilijkheden waarin we ons bevinden: We hebben al onze zekerheden opgegeven, we hebben iedereen verteld dat woensdag de wereld zou vergaan en als we uitgelachen werden waren we niet ontmoedigd maar herhaalden we het en voegden er aan toe, dat we het wisten van een onfeilbare autoriteit. Woensdag is echter voorbij en de wereld om ons heen bestaat nog." "Maar mijn woensdag is niet jullie woensdag", zei de profete. Op deze manier, dus door een privé uitleg, beveiligde ze zich tegen verwijten. Een privé zin, een privé mening, kan nooit aan een onderzoek onderworpen worden. Het kenmerk van de ware "Zin des levens" is, dat het een gemeenschappelijke zin is, dat wil zeggen: het geldt voor iedereen.

Hoe moeten we nu met de begrippen 'privé-logica' en 'common sence' omgaan? We hebben hier met twee polen te maken.

Als we ons er aan vast willen houden dat we privé-logica alleen vinden bij geestelijk gestoorde of, zoals de oorspronkelijke tekst van Kant luidt, bij gekken, en common sence alleen bij gezonde mensen, dan rijst de vraag: Wie is gek en wie is normaal? We kunnen dan volgens het individualpsychologisch model niet verder. Adler heeft het niet zo zwart-wit bedoeld: privé-logica voor gekken; common sence voor normale mensen. Ieder mens vormt zich in zijn eerste levensjaren een idee over zichzelf, de mensen én de wereld, en tekent dan a.h.w. zijn eigen kaart, die hem dient tot het vinden van zijn levensweg. Er staan altijd vervormingen op van de werkelijkheid, dus privé-logica, en iedereen moet daarom gedurende zijn leven zijn kaart opnieuw tekenen.

PRIVÉ-LOGICA EN GEDRAG

Waarom interesseren wij ons eigenlijk voor dat thema ? Om heel praktische redenen. Uit de ideeën van de mens ontstaat zijn gedrag. Bij de opvoeding, hulpverlening en therapie proberen we het gedrag te beïnvloeden. Die gedragsverandering heeft plaats via verandering van de ideeën.

Op het zonnige terras van het Rudolf Dreikurs Instituut te Züntersbach staat een aantal stoelen. In de pauze gaan de deelnemers zitten zoals ze willen. Frank aarzelt... Er ontstaat een halve kring, zodat de deelnemers elkaar kunnen aankijken. Alleen Frank zit op de laatste stoel;... van de groep afgewend. Op mijn vraag: "Frank, waarom heb je je zo geïsoleerd ?", antwoordt hij spontaan: "Het is altijd hetzelfde, ik ben altijd alleen, er komt niemand naast mij zitten." Dan pas dringt het tot hem door dat hij zelf zo is gaan zitten. Hij begint te grijnzen en zegt: "och onzin", draait zijn stoel en gaat naast zijn buurman zitten. Hij had een paar dagen geleden zijn privé-logica uit zijn levensstijl herkend, betrapte zich nu en bedacht zich. ("...och onzin...")

Aan de hand van dit voorbeeld zien we, dat iemand zijn gedrag kan veranderen, als hij zijn privé-logica naar de normen van de samenleving als onlogisch heeft herkend. Frank begint te begrijpen hoe hij om de logica van de samenleving heendraait en hoe hij zijn eigen rationalisaties van zijn gedrag voor zichzelf construeert. De privé-logica tekent zich, hoewel zorgvuldig verborgen, af in het gedrag. Het doel van de individualpsychologie is daarom te helpen de algemene logica, de common sence, te zien en te helpen de noodzaak te begrijpen om met behulp daarvan, en aldus handelend, zich in de geest van het gemeenschapsgevoel, met de realiteit van het leven te verbinden.

Bernard Shulman en een demonstratie family counseling door Oscar Christensen.

Aan gezelligheid en ontspanning werd ook gedacht. Er was een bijzonder leuke boottocht georganiseerd op het meer van Zürich. Er was ook gelegenheid een bustocht te maken naar de Rigi en Luzern.

Het was een geweldige ervaring je met mensen uit diverse landen verbonden te voelen door de I.P.

Het was ook een belevenis bekende psychologen, zoals Kurt Adler, de zoon van Alfred Adler; Paul Rom, de redakteur van de Newsletter; Erik Blumenthal en zo vele anderen in levende lijve te zien en te horen. Dit congres bijwonen was een bijzondere ervaring, waaraan met dankbaarheid kan worden teruggedacht.

Henk van Asperen,
Alie Huisman

o=o



HET 25e INTERNATIONALE CONGRES VAN DE INTERNATIONALE
VERENIGING VOOR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE TE ZURICH 1979

Van 10 t/m 13 augustus 1979 werd het 25e internationale congres voor individualpsychologie gehouden.

In de aula Ramibühl waren bijna 400 mensen bijeen. De deelnemers kwamen o.a. uit Amerika, Australië, Canada, Duitsland, Engeland, Frankrijk, Griekenland, Israël, Italië, Nederland en Zwitserland.

Zoals op de menukaart van een restaurant vele gerechten staan vermeld, waaruit men een keus kan maken, kon men op dit congres kiezen uit vele lezingen. 's Morgens waren er zes en 's middags drie lezingen gepland.

De lezingen stonden op een zeer hoog peil.

Het zou te ver voeren alles op te sommen. We zullen ons daarom beperken tot het noemen van enkele dingen die ons bijzonder hebben getroffen of aangesproken.

Zo was er een lezing van onze voorzitter, de heer H. von Sassen, over de relatie tussen cliënt en hulpverlener, die erg goed en duidelijk was. Wolfgang Kristen hield een lezing over het herzien van het begrip 'verwennen in het eerste levensjaar van het kind'. Zijn stelling: "Je kunt een kind in het eerste levensjaar niet verwennen", maakte veel los bij de deelnemers.

Erwin Ringel, die ook tijdens deze lezing nogal luid sprak, vertelde dat zijn studenten hem soms vroegen wat zachter te spreken, daar men anders Adler niet kon horen. Irene Kummel sprak over de verwantschap van de I.P. met Maslow en de Humanistische psychologie.

Merkwaardig was dat Mrs. Kefir uit Tel Aviv vertelde dat ze bij haar therapie uit gaat van de z.g. concentrische cirkels. Dit deed denken aan het boek van dhr. van Asperen over zijn therapie volgens de concentrische methode.

Behalve lezingen waren er ook enkele demonstraties, n.l. een life-style demonstratie door een medewerker van

OPVOEDING

We weten nu, dat we met het begrip 'privé-logica' een basis hebben om met de ander over zijn problemen en zijn storend gedrag te spreken. Eigenlijk weet iedereen dat. Ook de vader die niets van individualpsychologie weet, brult tegen zijn 10-jarige zoon die iets bijzonders uitgevreten heeft: "wat denk jij wel ! ?" De jongen haalt zijn schouders op en steekt tegelijk zijn onderlip vooruit. De vader verwacht eigenlijk geen antwoord en de jongen kan ook geen antwoord geven, want hij weet het werkelijk niet. Als de vader had kunnen raden wat zijn zoon gedacht had, dan hadden ze een basis tot gesprek gehad. Nu blijft het bij vermaningen en goede raad. Als we de privé-logica van iemand begrijpen, dan hebben we een gespreksbasis. Dit geldt zowel voor de omgang met een psychoot, een verslaafde, een misdadiger, als voor de omgang met kinderen die storend gedrag vertonen.

Rudolf Dreikurs biedt, om de privé-logica van kinderen te onthullen de volgende mogelijkheid aan:

Men spreekt met het kind over zijn gedrag, b.v.:

"Nu doe je weer je voet in de verkeerde schoen, waarom denk je dat je dat doet ?" Het kind antwoordt meestal: "Ik weet het niet", en dat is juist, want hij weet het werkelijk niet !

Dan vraagt men aan het kind: "Mag ik zeggen waarom ik denk dat je het doet ?", meestal zegt het kind "Ja."

De opvoeder werkt dan toe naar de vier doelen. (Aandacht vragen, domoneren, vergelden, terugtrekken) Eèn vraag daarvan luidt: "Kan het zijn dat je wilt dat ik me meer met je bezighoudt ?" Als de, door Dreikurs beschreven, herkenning-refleks optreedt, weten we dat we in de roos geschoten hebben. (Zie Dreikurs boek, "Kinderen dagen ons uit".)

Door de manier waarop we onze vraag formuleren wordt het het kind duidelijk wat hij erbij gedacht heeft.

Daardoor alleen al kan gedragsverandering optreden. De herkenningrefleks bewerkstelligt echter ook in ons eigen bewustzijn een nieuwe houding ten opzichte van het kind. We begrijpen door het antwoord dat het kind niet stout of lastig is, maar ongelukkig, aan zijn plaats twijfelt en onze hulp nodig heeft. We hebben een gespreksbasis. Het begrijpen van de privé-logica kan ons zo helpen bij de opvoeding.

THERAPIE

In de therapie worden we geconfronteerd met moeilijkheden bij het oplossen van levensvraagstukken. Een 30-jarige man vertelt ons van zijn probleem: hij kan geen levenspartner vinden. Wij vragen hem hoe dat komt. Hij antwoordt spontaan: "Omdat ik stotter". Hij denkt dat, als hij niet meer zou stotteren, hij een vrouw zou vinden en trouwen. Men zou denken: "Kom, we zullen hem van het stotteren afhelpen". Nee!, in plaats daarvan moeten we proberen uit te vinden hoe hij over zichzelf denkt en over de plaats van de vrouw. We zullen laten zien hoe belangrijk dat is. Bij het uitwerken van de gezinsconstellatie blijkt ons, dat hij ervan overtuigd is, dat vrouwen oneerlijk zijn en hem uiteindelijk in de steek zullen laten. Als kind heeft hij dit idee over vrouwen opgebouwd door het gedrag van zijn moeder. Tot nu toe had dat idee hem niet losgelaten. Zijn eerste jeugdervaring met buurmeisjes beschrijven dat het gevaarlijk is een vrouw te verraden, omdat ze je uiteindelijk verraden en vernederen, alleen maar omdat je niet groot en sterk genoeg bent. Zijn privé-logica is aldus:

"Ik ben klein en zwak; vrouwen zijn sterk, leugenachtig en onrechtvaardig. Daarom moet ik hen uit de weg gaan of ze de baas zijn."

Op zichzelf is dit een sluitende logica. Adler zegt dan: "Intelligent volgens privé-intelligentie", Dreikurs noemt het: "Psycho-logisch."

In het onderstaande gedicht herkende ik veel van het gevoel dat ik had tijdens en na het weekeind.

Zo spreekt God tot elk van ons:

*Jij kent jezelf nog niet...
Ik bedoel dat jij jezelf niet ziet
zoals Ik je lief heb*

*Ik snijd het van je af
Ik werp het weg van jou
wat niet van je diepste "zelf" is*

*Word dan zichtbaar wat je bent in mijn gedachte
Laat die krachten wakker worden
die Ik in jou heb gelegd*

*Er is geen ongelijkheid in innerlijke schoonheid
en goedheid
die je in een man of vrouw kunt vinden
die ook niet in jou aanwezig is*

*Wat je ook gedaan mocht hebben in het verleden...
Ik verbreek deze banden
En als ik deze banden verbreek
wie zal je dan beletten
op te staan
en te wandelen
helemaal vrij !*

(gebed van een oosterse monnik)

*Tot slot:
Nederland vertegenwoordigt vele mensen, met vele culturen. Laten we met wijsheid leren openstaan voor anderen, zonder vooroordeel.*

Zondagmorgen

Wijsheid omvat eigenlijk alles, van begin tot eind, van geboorte tot dood. In elke situatie sterven we een beetje. De oosterling zegt: "Voor je werkelijk sterft, sterf je al duizend doden".

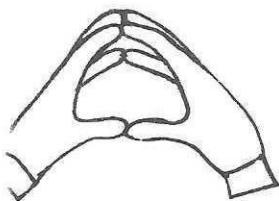
Je merkt dit bij overgangen, b.v. van baby naar peuter, van peuter naar kleuter enz.

We verlaten eigenlijk steeds wat geweest is, we gaan steeds verder.

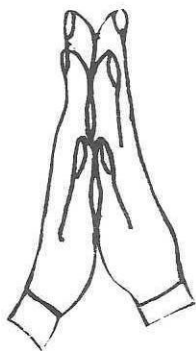
Ook in relaties gebeurt dit. Men heeft tijd nodig om naar elkaar toe te groeien. Als mensen elkaar te weinig tijd gunnen, lopen relaties stuk en sterven we een beetje.

Relatievorming zou als volgt in beeld kunnen worden gebracht:

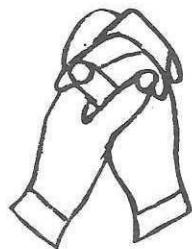
Spel van de vingers



ontmoeting
zacht
geduld
ik voel
zoveel



een teer gebaar
groeiende macht
uit mijn binnenste



handenpaar
een beker
liefdevol
gevuld

Als de patiënt het met deze formulering eens is, dan hebben we nu een heel andere gespreksbasis. We kunnen nu over zijn angst spreken, over zijn vooroordelen t.o.v. vrouwen, over stotteren als *alibi* en over mogelijke nieuwe gedragsvormen. Want als we nu zijn gedrag observeren zien we dat hij óf de vrouwen uit de weg gaat, óf ze met heftig stotteren, intellectuele verhalen en betweterij de baas is, of ze ermee van het lijf houdt. Zo herkennen we daarin een stukje privé-logica. Met zijn gedrag zegt hij: "Ik moet me ver houden van vrouwen, want hun nabijheid is gevaarlijk!" De vrouwen, op hun beurt, begrijpen zijn signalen. Deze privé-logica herkennen we ook in zijn gevoelens als hij spreekt over opwinding, beklemming en angst, die hij bij het contact met vrouwen ervaart. De privé-logica 'vrouwen zijn gevaarlijk, ik moet hen uit de buurt blijven', herkennen we ook in de situatief optredende stottersymptomen. In zijn contacten met mannen stottert hij bijna niet, in zijn gesprekken met vrouwen over zakelijke aangelegenheden en dingen die betrekking hebben op het werk of beroep stottert hij weinig, maar als het contact met vrouwen persoonlijker wordt begint het hevige stotteren.

Tot dusver zagen we als verschillende ingangen tot de privé-logica:

1. De gezinsconstellatie,
2. De eerste ervaringen als kind,
3. Nonverbaal gedrag,
4. Gevoelens,
5. Situatief optredende symptomen,
6. En ook bij het uitwerken van zijn dromen zou de privé-logica: "Vrouwen zijn gevaarlijk, ik moet uit hun buurt blijven", aan het licht komen.

Tot de privé-logica rekenen we ook nog alle rationaliseringingen op grond waarvan de patiënt zijn gedrag rechtvaardigt. In de eerste zitting gebruikte deze deelnemer het stotteren als excuus voor het feit dat hij geen relatie met vrouwen kon opbouwen. Toen het hem

na enige tijd duidelijk werd, dat men als stotteraar toch trouwen kan en hij tevens met het stotterprobleem beter om kon gaan, kwam hij met nieuwe bewijzen voor zijn gebrek aan initiatieven t.a.v. het kontaktmaken: "Ik kan met vrouwen geen contact onderhouden, want ze verwachten altijd bijzondere dingen en activiteiten van je en dat kan ik nu net niet." Een groepsgesprek dat dit argument snel ontzenuwde, bracht hem tot de volgende uitspraak: "Ik heb slechte ogen en zie elk jaar minder." "De werkelijke reden dat ik geen contact met vrouwen opneem is, dat ik mijn vrouw en kinderen niet met een blinde man en vader wil opscheppen." Ook dit soort rationalisering en rechtvaardigingen vallen onder de noemer privé-logica. Het zijn geen uitingen van het gezonde verstand.

In de therapie helpen we de deelnemer zijn privé-logica te leren herkennen; deze privé-logica te vergelijken met het gezonde verstand en hem moed te geven om de weg van het gemeenschapsgevoel op te gaan.

ZELFOPVOEDING

Het heroriënteren, en door anders te handelen nieuwe ervaringen op te doen, is vaak een langdurig proces van zelfopvoeding. In de boeken van de grote psychologen staan de wonderen van de psychotherapie; *in het leven van de enkeling is moediger worden en socialer, zelfstandiger worden, en verantwoordelijkheid dragen, kortom gemeenschapsgevoel ontwikkelen een lange weg; het is dagelijks werk.* Dit is geen pessimistisch standpunt, want zolang we ons bezig houden met heroriënteren, maken we vooruitgang. Het is een optimistisch standpunt. We moeten ons niet laten ontmoedigen als we het mensbeeld over gemeenschapsgevoel, zoals dat in de individualpsychologie in theorie wordt voorgelegd, vergelijken met onze eigen ervaringen van ontoereikendheid. Er is altijd een spanningsveld tussen de eigen ervaring van de eenling en zijn ideaalbeeld, waarmee hij moet leren

jachtig bezig, waardoor men de ander en zichzelf voorbijloopt. Het gevolg is: angst voor de ander, angst voor wat er zou kunnen gaan gebeuren. Een westerling is constant geestelijk ergens anders en dus niet bezig met het hier en nu; hierdoor lopen veel relaties stuk.

Er is een sterk contrast in het westerse en oosterse omgangsritueel. Als dit wat 'bijgelegd' kon worden, konden westerlingen heel wat leren van de oosterling in het omgaan met elkaar.

Een oosterling leert van jongsaf om te gaan met de 'stille taal', de taal van het lichaam. Zonder woorden wordt al erg veel uitgedrukt.

In de omgang met de ander houdt men rekening met gevoelens. Door de 'stille taal' laat men zijn gevoelens zien naar de ander toe.

Er werden groepjes van 3 gemaakt met de opdracht echt kennis met elkaar te maken d.m.v. een goede hand.

Een hand, je geeft iets aan de ander. Als je de duim los maakt van de vingers en twee handen zo elkaar raken kun je elkaar iets geven, je kunt elkaar zo geen pijn doen bij de handdruk. Je geeft elkaar geen slap handje en ook geen te 'stevige' hand.

Verder letten op oogcontact en een 'kring' maken met elkaar.

Gespreksonderwerp: Hoe vond je het om kennis te maken met zomaar iemand?

Vertel iets tegen elkaar van je innerlijke gemoedstoestand.

's Avonds waren er mime-opdrachten. Opmerkelijk was dat van de 45 opdrachten, die ieder vanuit zijn eigen achtergrond diende uit te beelden, slechts die werden uitgevoerd die niet te maken hadden met onze gevoelswereld. Blijkbaar zijn we niet zo gewend onze gevoelens te tonen.

WIJSHEID EN VOOROORDELEN

Verslag van het studieweekend op 22 en 23 september te Santpoort.*

In de randstad en toch in een rustige (enige karatekreten daargelaten) natuurlijke omgeving waren 27 mensen bijeen onder leiding van Boudewijn Anker.

Na een inleiding van Margriet en wat geharrewar met tafels begint Boudewijn te vertellen over vooroordelen.

We 'barsten ervan', maar we hebben ze ook nodig als bescherming. Vooroordelen worden a.h.w. ingepompt door onze opvoeding.

Dan spreekt Boudewijn over oosterse wijsheid.

In het oosten zegt men: "De westerling kent de stilte niet."

We kijken niet meer naar onszelf, we zijn ons niet bewust van onszelf. (De oosterling zegt: "jezelf herinneren") Boudewijn verduidelijkt dit met een voorbeeld:

Iemand kijkt op zijn horloge naar de secondewijzer. Het is moeilijk om dit bewust te doen. (Concentratie op het horloge in je hand en de bewegende secondewijzer.) Men denkt vrijwel meteen aan andere dingen (b.v. een afspraak).

In het westen is men te weinig bewust van wat men doet en welke verbindingen (relaties) men heeft met de omgeving. We zouden moeten leren onszelf te bekijken, wie men is, hoe je omgaat met de ander. Bewust zijn van jezelf en van daar uit in verbinding treden met mensen en dingen, in het hier en nu.

We zijn geneigd te interpreteren vanuit onze eigen achtergrond, vanuit onze vooroordelen, vanuit onze westerse cultuur.

In het westen is de omgang met elkaar er niet op gericht elkaar te helpen, maar eerder de ander naar beneden te drukken. Men begeert wat de ander bezit, men is steeds

*Het volgend weekend met Boudewijn is 29/30 maart 1980
U kunt ook deelnemen. Zie voor inlichtingen blz. 164

omgaan. Daar hebben we geduld voor nodig, acceptatie en het inzicht, dat we ook met kleine stapjes vooruit kunnen komen.

Als we enige aspecten van onze levensstijl hebben leren kennen, weten we ongeveer, wat er op onze privé-etage gebeurd. Voor jou zou dat misschien kunnen zijn: "Ik moet een goede indruk maken; ik mag niets doms zeggen, als ik fouten maak, dan lachen ze me uit en dat is vreselijk." Bij zulke gedachten kun je je vermennen, glimlachen en je gedachten omleggen in de richting van het gezonde verstand, jezelf bemoedigen, niettegenstaande de angst iets te zeggen. Zo kan je leren, met weinig "moeten" en weinig schadelijke gedachten voor jezelf, te leven en nieuwe ervaringen op te doen.

DE PERSOONLIJKHEID ALS EENHEID

Het feit dat het individu met zijn denken en ervaren, zijn dromen en verwachtingen, met zijn handelingen en symptomen op een doel aanstuurt, wordt de eenheid van de persoonlijkheid genoemd.

Adler heeft dit voor hem zeer belangrijke feit prioriteit in zijn leer gegeven en daarom zijn psychologie "Individualpsychologie" genoemd. Er wordt mee bedoeld dat het individu ondeelbaar is. Dit begrip is bekend geworden onder de naam "holisme".

Rudolf Dreikurs was ervan overtuigd, dat, als Adler zijn ideeën 10 of 15 jaar later had ontwikkeld, hij het begrip "holisme" zeker voor zijn psychologie zou hebben gebruikt.

Omdat de mens zich als een geheel, altijd op grond van eigen beslissingen, naar een doel beweegt en zich niet naar twee richtingen tegelijk kan begeven, hoeven we ons nog niet door schijnbare innerlijke tegenspraak van de wijs laten brengen. We kunnen ook dan een heel bepaalde richting, een doel herkennen.

Rudolf Dreikurs maakt dit duidelijk met het begrip ambivalentie. Dat betekent, dat men b.v.

tegengestelde behoeften bij zichzelf opmerkt en daardoor geen beslissing kan nemen, Je zou kunnen zeggen dat dat een goed voorbeeld is voor het feit dat iemand niét naar een doel toe beweegt, want hij doet niets. Ambivalentie is zelfbedrog! Men is bang voor de verantwoordelijkheid die verbonden is aan een mogelijke beslissing. Het doel van ambivalentie is een beslissing uit te stellen, of de verantwoordelijkheid op iemand anders af te schuiven.

We hebben het tot nu toe heel in het kort gehad over de eenheid van de persoonlijkheid, het doelgericht zijn, de beslissingen die we zelf nemen en de privé-logica. Het accepteren van deze principes is een voorwaarde voor een effectieve zelfopvoeding.

Weliswaar kunnen we niet altijd ons doel herkennen, maar als we ons doen en laten observeren en deze als onze beslissingen accepteren, kunnen we belangrijke aspecten van onze privé-logica ontdekken.

Omdat Adler stotteren als een prototype van een neurose beschouwde, zullen we dat nog eens als voorbeeld nemen:

De stotteraar formuleert zijn lijden waarschijnlijk aldus: "Ik zou graag anders willen spreken en ik doe er ook zo mijn best voor, maar het gaat eenvoudig niet! De mensen lopen gewoon weg, ik vind het onrechtvaardig."

De principes: Persoonlijkheid is een eenheid
Doelgericht zijn
Zelf keuze bepalen

kan men in de praktijk samen voegen tot één zin:

"Als ik weten wil wat ik werkelijk wil,

moet ik kijken naar wat ik doe!"

Voor onze stotteraar betekent dat: "Ik druk mijn lippen op elkaar, ik pers mijn adem erachter, ik herhaal worden, steek mijn tong uit en spuug,.... ik zie dat

men wegloopt, men heeft mij dus begrepen." In plaats van zich te beklagen, kan de desbetreffende persoon nu zien, wat hij eigenlijk wil.

Dat wat hij doet, is hetgeen hij wil en hij lokt er zelf het gewenste gevolg mee uit.

Als we ons gedrag op deze manier voor het eerst overdenken, kunnen we ons nogal van ons stuk gebracht voelen, maar het probleem wordt grijpbaar als we de principes willen accepteren.

Niet alleen doen we dan belangrijke ontdekkingen, maar we winnen ook de zekerheid: "Ik kan mijn moeilijkheden overwinnen. Ik kan leren mij anders op te stellen. Ik kan me bij de gemeenschap voegen en accepteren dat dit weliswaar mijn probleem is maar dat ik toch als mens niet minder waard ben."

We moeten ervoor oppassen, dat we op grond van onze ontdekking wat betreft de privé-logica geen waardeoordeel vellen. Een ieder heeft zijn eigen wereldbeschouwing die we niet met een etiket "goed" of "slecht" mogen betitelen.

We kunnen fouten herkennen en van grote fouten kleine leren maken.

Alles bij elkaar zal het goed zijn als we regelmatig aan Adlers volgende woorden denken:

"De mens is niet slecht van natuur. Hoeveel fouten hij ook heeft gemaakt, verleid door de verkeerde mening die hij had over het leven, het hoeft hem niet te kwellen, hij kan zichzelf veranderen. Het verleden is dood. Hij is vrij om gelukkig te zijn en anderen gelukkig te maken."

(Uit het Duits vertaald door mevr. H.C. Rutten-v. Berghem)

*3 en 4 november j.l. namen ong. 90 mensen deel aan het studieweekend te Arnhem. Over het onderwerp Privé-logica en Levensstijl zal de S.T.I.P. in de loop van het volgend jaar een brochure uitgeven die u kunt gebruiken als leidraad voor een gespreksgroep.