

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie



Nieuwsbrief nr. 9 - 25 augustus 2007

In dit nummer:

- Voorwoord
- Op weg van kind tot opvoeder
- Florida Adlerian Society
Newsletter
- Agenda 2007
- Boekbespreking
- Website NWIP
- In Memoriam

Voorwoord

Beste mensen,

De vakantie nadert zijn einde. Icassi in Nederland is voorbij. Het was een geslaagde internationale zomercursus met echt Hollands weer. Doordat Icassi in Nederland plaats vond hebben meer Nederlanders dan gebruikelijk hun kans gegrepen en deelgenomen. Meer over Icassi leest U in de komende nieuwsbrief.

Mijn vakantie zit er inmiddels eveneens op en het leven van alle dag heeft weer een aanvang genomen. In de zomervakantie heb ik een mij aanbevolen boek bestudeerd en u vindt hiervan een bespreking in deze nieuwsbrief. Zeker een boek dat de moeite waard is.

In september 2007 houden we weer een bijeenkomst in Assen. De aankondiging vindt u in de agenda. Mogelijk een gelegenheid om elkaar te ontmoeten?

Gerard Kulker
Voorzitter

OP WEG VAN KIND TOT OPVOEDER

Verslag van de workshop van Gerard Kulker, die werd gehouden op 24 maart 2007 in het Anthonia Instituut te Assen.

Inleiding

In hoeverre maken we ons terecht zorgen over de opvoeding van onze kinderen?

Zijn kinderen tegenwoordig moeilijker dan vroeger?

Zijn ouders debet aan opvoedingsproblemen bij kinderen?

Zijn onze leefomstandigheden ingrijpend veranderd? Binnen het gezin? In de maatschappij?

Stelling:

Ouders hebben een gedegen opvoedcursus nodig om hun kinderen goed te kunnen opvoeden.

De stelling lijkt te suggereren dat ouders debet zijn aan opvoedingsproblemen bij hun kinderen. Ik wil me vandaag met jullie niet bezig houden over wie waarvoor welke schuld draagt. Immers:

1^e De werkelijkheid is te complex om ons er simpelweg vanaf te maken door iemand aan te wijzen die de schuld heeft van dit alles.

2^e Een schuldenaar aanwijzen heeft nog nimmer een probleem opgelost.

Ik wil me daarom vandaag met jullie met de volgende vraag bezighouden:

Welke eigenschappen of vaardigheden kunnen wij bij onze kinderen ontwikkelen opdat ze later zelf goede opvoeders kunnen worden? Welke stimulerende bijdrage kunnen gezin en ouders hieraan leveren?

Het doet me plezier dat ik vandaag bij het beantwoorden van deze twee vragen wordt bijgestaan door zoveel ervaringsdeskundigen. Jullie zijn die ervaringsdeskundigen omdat je zelf de weg van kind tot opvoeder hebt afgelegd.

Opbouw van het programma

1. Kort moment om open te staan voor onze eigen ervaring en deskundigheid.
2. Opvoedkundige kwaliteiten.
3. Het veranderende gezin.
4. Individualpsychologie en opvoeding.
5. Gedeelde opvoeding en maatschappelijke verleidingen.

Ik zal steeds per onderdeel een korte inleiding houden en daarna volgt een opdracht die we met elkaar in groepjes zullen uitwerken.

1. Kort moment om open te staan voor onze eigen ervaringen en deskundigheid.

Ik vraag jullie om ontspannen op je stoel te gaan zitten en je te concentreren op hetgeen ik zeg. Als je hiervoor je ogen wilt dicht doen, dan mag dat.

Ga in gedachten terug naar je kindertijd en zie jezelf in het gezin waarin je opgroeide. Je ziet je moeder, je vader, je broertjes en zusjes en natuurlijk niet te vergeten jezelf.

Focus nu op jezelf en herinner je hoe je thuis ongetwijfeld gelukkige momenten had.

Mogelijk zie je een paar van die herinneringen voor je en voel je weer de warmte en aandacht die er toen was en hoe goed die je deed. En al spelend leerde je zo je weg in het leven te vinden.

Natuurlijk waren er ook van die momenten waarop je leven minder 'van een leien dakje' ging. Misschien maakte je je hier wel boos over en/of voelde je je verdrietig over wat jou nu overkwam. Probeer die boosheid en dat verdriet achter je te laten. En probeer – als die ruimte er is – je vooral te herinneren wat je van deze situaties hebt geleerd of hebt voorgenomen. En houdt dat in je herinnering vast.

En ga nu verder naar je tijd als puber, waarin je waarden, normen en regels die anderen je hebben voorgehouden, begon te testen en opnieuw op hun waarde ging schatten. Opgroeiend tot jong volwassene ging je meer en meer op eigen benen staan. Bepaalde waarden en normen bleven en zijn je nog steeds dierbaar, maar je vond ook meer en meer ruimte voor eigen ideeën en gewoonten. Mogelijk heb je nu zelf kinderen met wie je al deze ervaringen kunt en wilt delen. Of als je geen kinderen hebt, stel je je mogelijk wel eens voor hoe het is kinderen te mogen opvoeden.

Al de herinneringen die we ons net voor de geest hebben gehaald - de mooie maar ook wat we geleerd hebben van de minder mooie - hebben je in de loop van je leven gevormd en bijgedragen aan je groei naar de zelfstandige volwassene die je nu bent. En dat is goed. Want je bent uitgegroeid tot een waardevolle persoon met een schat aan ervaringen waarmee je nog dagelijks je voordeel doet.

Blijf even stilstaan bij je gevoel van waardevol zijn en kom daarna rustig terug in de ruimte hier.

2. Opvoedkundige kwaliteiten

Ik heb een rijtje opvoedkundige kwaliteiten opgezet, die mij te binnen zijn geschoten op

momenten dat ik terugdenk aan mijn jeugdherinneringen en ervaringen. Jullie kunnen er vast ook zo een aantal naar boven halen. Maar alvorens hierover met elkaar aan de praat te gaan, wil ik de mijne met jullie delen:

Opvoedkundige houding

- de intentie om het beste met de ander voor te hebben;
- het goede voorbeeld krijgen en geven;
- echt zijn.

Opvoedkundige vaardigheden

- respect ontvangen en geven;
- zorgzaam kunnen zijn, maar ook hulp kunnen ontvangen van de ander;
- er mogen zijn zoals je bent; rekening houden met de ander;
- de ander laten merken dat die waardevol is;
- bemoediging in 'moeilijke' tijden;
- van fouten mogen leren en niet afgestraft worden;
- uitleg geven zodat je inzicht krijgt in regels, waarde en normen;
- vertrouwen geven aan maar ook krijgen van de ander;
- je kwaliteiten en eigenschappen worden gezien en aangemoedigd;
- je hebt een eigen verantwoordelijkheid en die wordt gerespecteerd.

Opdracht:

1. Wanneer je voor jou belangrijke opvoedkundige kwaliteiten in mijn rijtje hebt gemist, staat het je vrij het lijstje eerst aan te vullen. Maar beperk je tot die je direct te binnen schieten.

Genoemd worden: geduld, bewustzijn en communicatie.

2. Bespreek met elkaar of en op welke wijze je de genoemde en eventueel aangevulde opvoedkundige kwaliteiten hebt ervaren en zichtbaar hebt zien worden in gedrag of woorden. Gebruik hiervoor voorbeelden van jezelf als kind en als volwassene.

Genoemd wordt o.a.

- Onvoorwaardelijk vertrouwen in de mogelijkheden van het kind om goede keuzes te maken. Ontbreekt dit dan kunnen de ouders het kind doorgaans moeilijker loslaten.
- Acceptatie en geduld oefenen zijn belangrijke aspecten van de opvoeding.
- Door voorbeelden te geven krijgt het kind inzicht en wordt zich van meer zaken bewust.

- Het oefenen van vaardigheden.
- Door openheid komt er ruimte voor inzicht in wensen en problemen van zowel de kinderen als van jezelf.

3. Heb je wel eens bepaalde kwaliteiten bij jezelf of de ander gemist en wat deed dat met je?

3. Het veranderende gezin

In de vorige eeuw is het gezin als samenlevingsverband ingrijpend gewijzigd.

- Begin 1900 tot 1945 kenden we in Nederland grote gezinnen van 10 of meer kinderen. Oudere kinderen voedden de jongere kinderen op. Er moest rekening met elkaar worden gehouden of je nu wilde of niet, er was een duidelijke rolverdeling tussen mannen en vrouwen. Er heerste een bevelstructuur. Kinderen horen te luisteren en te doen wat er wordt gezegd. De sociaal economische omstandigheden waren wisselend al naar gelang de bevolkingslaag waartoe je behoorde. Er was een periode lang zelfs sprake van crisisjaren.
- Na de 2^e wereld oorlog werden de gezinnen kleiner. Een gezinnen van ongeveer 5 kinderen werd de norm. De bevelstructuur kwam gaandeweg meer onder druk te staan. Het gezin verkeerde in een overgangsfase. Kinderen worden gezien als jonge volwassenen. Zij worden duidelijk voorbereid op hun rol als volwassenen in hun eigen gezin en in de maatschappij. De sociaal economische omstandigheden groeiden, maar er blijft sprake van een zekere beperking omdat het land moet worden opgebouwd.
- 1960 tot 1980: er werd duidelijk afstand genomen van de autoritaire aanpak. Laissez-fair en democratie werden de normen. Samenlevingsvormen werden ruimer dan alleen de gezinsnorm. Kinderen mogen voor een belangrijk deel hun eigen weg zoeken. Doordat gezinnen kleiner worden, wordt de leefwereld van de kinderen snel groter dan alleen het gezin. Er komen meer activiteiten buiten het gezin om andere kinderen te ontmoeten. De peuterspeelzaal, allerhande vrijetijdsbesteding als zwemmen, sportclub e.d. Waarde en normen kwamen onder druk te staan. De bevelsstructuur werd uitgezwaaid en de onderhandelingsstructuur deed zijn intrede. Moeders bleven niet langer thuis, maar zochten meer en meer werk naast het gezin en het

huishouden. De sociaal economische omstandigheden worden langzaam beter en gezinnen behoeven zich steeds minder te ontzeggen.

- 1980 tot heden: de samenlevingsvormen worden veelvormig. We zien traditionele gezinnen, naast ongehuwde alleenstaande, samengestelde gezinnen (nieuw gevormd gezin na een echtscheiding), homo echtparen. Het aantal kinderen per gezin stijgt nauwelijks nog boven de 3. Kinderen hebben ook een rijke vrijetijdsbesteding naast hun schoolcarrière. Ouders zorgen veelal eerst voor hun eigen carrière als veilige bestaansbasis en worden doorgaans pas ouder als ze rond de 30 zijn. Zij nemen in hun vrije tijd uitgebreid de tijd voor hun kinderen en hoeven zichzelf en hun kinderen weinig te ontzeggen. Get gezin als samenlevingsvorm kent een onderhandelingshuishouden. De echte laissez-fair gezinnen zijn verdwenen en hebben plaats gemaakt voor vooral democratische gezinnen.

De sociaal economische omstandigheden zijn goed te noemen. Wel ontstaat er een schrijnende kloof tussen de armen en welvarenden. Daarnaast komen we door immigratie in een multiculturele samenleving terecht.

De schets van de veranderende gezinsvormen, betekent dat ook de opvoedingsomstandigheden zijn veranderd, complexer geworden. Dit alles heeft ook invloed gehad onze manier van opvoeden, onze mogelijkheden en vaardigheden.

In de geschetste periode is niet alleen het gezin veranderd, maar ook ons mensbeeld veranderd ingrijpend. Op basis hiervan is onze wijze van leren veranderd evenals de wijze waarop we met elkaar omgaan.

- Vroeger leerden we de feiten uit ons hoofd. Daaraan koppelde we het proces van stimulus – respons.
- Het leren in onze tijd gaat uit van inzicht geven in hoe dingen werken en we worden geacht een leercirkel of leerproces te doorlopen. (Theorie – het geleerde in praktijk brengen – evalueren – verbeterplan of bijstellen theorie enzovoort.)
- Daarnaast zijn we ervan overtuigd dat we als mens een vrije keus hebben.

Opdracht:

1. Zijn vanuit jouw ervaring als kind en volwassene opvoedkundige kwaliteiten

**in alle gezins- en samenlevingsvormen
spontaan en gelijk aanwezig?**

**2. Welke mogelijkheden zie jij als ouder
om in onze huidige tijd in onze gezinnen
de eerder genoemde opvoedkundige
kwaliteiten voldoende aanwezig te
hebben en te houden?**

**3. Op welke wijze heeft het
veranderende mensbeeld invloed gehad
op onze opvoedkundige kwaliteiten?**

Enkele gemaakte opmerkingen:

- Doen wij het wel zoveel anders dan onze ouders ons opvoeden?
- Kun je de opvoeding die wijzelf hebben gehad wel vergelijken met de opvoeding die wij geven?

Korte terugblik op de ochtend

De ochtend is omgevlogen en de deelnemers hebben een leerzame bijeenkomst gehad, waarbij ze in de groepjes vooral hun ervaringen met andere ouders hebben kunnen delen.

Jammer dat de volgende onderdelen nu niet aansluitend kunnen, maar de deelnemers zien een volgende bijeenkomst graag als vervolg georganiseerd, zodat de geplande onderdelen nog aanbod komen.

Afgesproken wordt dit te doen op: zaterdag 29 september 2007 om 10.30 uur eveneens in Assen bij het Antonia Instituut.

De onderwerpen die dan o.a. aan de orde komen zijn:

1. Individual Psychologie en opvoeding.
2. Gedeelde opvoeding en maatschappelijke verleiding.

Gerard Kulker

Florida Adlerian Society Newsletter

The Joys of Attending ICASSI
By: Nancy Keating, R.N. MPH

I attended ICASSI (International Committee of Adlerian Summer School and Institutes), in July, 2006, in Oberstaufen, Germany.

Yearly, Adlerian followers attend an international summer school in a different country in Europe, Canada or the United States. Twenty three countries were represented at the school this

year. There were many newcomers as well as many that regularly attend, year after year.

All ages were represented, as well as married couples and singles. Many modern day psychologists

follow the guidelines of Alfred Adler in their clinical practices. Space limitations do not allow me to fully explain Adler's theory of human behavior; however, one particularly impressive concept was the belief that human beings, as social creatures, have a natural desire to contribute usefully for the good of humanity. Adler also supported the democratic concept of human equality and a belief that encouragement focuses on effort, strengths and opportunities for contribution and cooperation, and not on mistakes.

I attended classes on stress and wellness, death and dying, and a Leadership Institute. Other courses one could take included: introductory psychology, psychology in the workplace, art therapy, intergenerational issues, interpersonal communication, early childhood education, the challenge of parenthood, couples enrichment, supervision using an Adlerian Model and spirituality. The classes were very much "relaxed" with an abundance of positive and encouraging messages from professors. Classes ranged from seminar type sessions with live, on-stage therapy demonstrations to smaller, more intimate classes.

University students could receive college credit.

Everyday, international classmates joined us for meals. All were extremely friendly and eager to share thoughts, ideas and cultures. Opportunities to make new friends arose at meals, evening social events, during the weekend tour of Austria and Switzerland and during classroom activities.

A gathering called the Adler Café, was held one evening with the theme: "Is World Peace Possible?" An international talent night was also held with funny impersonations by British attendees, of the royal family and various other acts by representatives of all the countries.

On a more serious note, an Irish poet read a gaelic love poem that he had composed.

Attendees brought violins, guitars and other musical instruments to entertain. Bavarian locals provided music (beautiful yodeling) and introduced attendees to Bavarian dancing.

The healthy Bavarian people, including many elderly, could be seen hiking and biking in the mountains and throughout the city, everyday. We had many opportunities to explore

the city of Oberstaufen and to enjoy the beautiful scenery and Bavarian mountains. This has inspired me to become more active in my daily life. The joy of meeting and making friends with many different people from all over the world was the most fascinating part of the whole two weeks for me. It truly was an experience of a lifetime that I will never forget. You can read more about ICASSI at www.ICCASI.net

Agenda 2007

NWIP

Zaterdag 29 september 2007 10.30 uur:
Plaats: Antonia Instituut te Assen
De bijeenkomst heeft als thema:

Samenwerkingsrelatie tussen opvoeder en kind: een uitdaging of een nauwelijks haalbaar ideaal?

In de vorige bijeenkomst bespraken we met elkaar onze opvoedkundige kwaliteiten en de veranderingen in de gezinssituatie in de vorige eeuw en hoe die onze manier van opvoeden heeft beïnvloed. Deze bijeenkomst zullen we stil staan bij de wijze waarop wij er als ouders al dan niet in slagen om met onze kinderen samen te werken bij hun opvoeding of in Adleriaanse termen: hoe slagen wij erin bij hen het gemeenschapsgevoel wekken? Welke sfeer is hiervoor nodig en hoe creëer jij die sfeer in jouw gezin?

Daarnaast zijn ouders in onze tegenwoordige tijd steeds minder alleen verantwoordelijk voor de opvoeding van hun kinderen. Hoe bewust deel jij jouw verantwoordelijk voor je kind met bijvoorbeeld het onderwijs of andere instanties? Hoe bereid jij jouw kind voor op de verleidingen die het in de maatschappij tegen komt?

Ook nu weer zullen na een korte inleiding door Gerard Kulker vooral in groepjes met elkaar onze ervaringen uitwisselen om elkaar te kunnen inspireren.

Gerard Kulker is jarenlang als hulpverlener en manager werkzaam geweest in de jeugdzorg. Momenteel is hij actief als manager van het maatschappelijk werk. Tevens heeft hij als

veranderingsmanager een eigen advies en organisatiebureau.

Routebeschrijving:

Antonia Instituut, Borgstee 44, 9403 TV Assen

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

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

Vanaf A 28 Hoogeveen:

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

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

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

'Overcingellaan' blijven volgen richting noord (station aan uw rechter kant)

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

Vanaf Rolde:

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

Najaar 2007

Thema: IP en religie.

Dit thema kent nog enig voorbehoud.

Antonia-Instituut

Zaterdag 8 september 2007:

Muziekavond 19.30 uur tot 21.30 uur.
Laat je verrassen.

Opleiding tot Encouraging-Trainer!

Oriëntatie-weekend 22 / 23 september 2007

Dit weekend kun je vrijblijvend en op een plezierige wijze kennismaken met het begrip "bemoedigen".

Aanmelden: info@adler-schoenaker-instituut.nl

De folder is te downloaden via: www.adler-schoenaker-instituut.nl

Donderdag 25 oktober 2007

Start: **Encouraging training voor ouders en opvoeders.**

Kosten: € 165 voor 8 eenheden.

Maandag 29 oktober 2007

Start: **Encouraging relatietraining.**

Kosten: € 165 voor 8 eenheden.

Blokweek Individualpsychologische sociaal-therapie 2 t/m 6 november en 9 t/m 13 november 2007.

In deze week kun je jezelf verder bekwamen in de principes van de Individualpsychologie. Theorie en oefeningen wisselen elkaar in een bemoedigende sfeer af.

Deze week is tevens onderdeel van de opleiding voor Encouraging-Trainer.

Deze blokweken worden georganiseerd door het Adler-Schoenaker-Instituut Nederland. Docenten: Wil Bahlmann-Stegeman en Renie Bahlmann.

Kosten: 395,- euro.

Zie verder: www.adler-schoenaker-instituut.nl of bel ons even.

Maandag 7 januari 2008

Start: **Encouraging training: "moed doet goed".**

Kosten: € 185 voor 10 eenheden.

Voor aanmelding of informatie van alle activiteiten van het Adler Instituut in Assen kunt u contact opnemen met: Wil Bahlman – Stegeman. Tel. 0592 302933.
Of via de mail: info@antonia-instituut.nl

31 juli tot 3 augustus 2008

Deze data vindt het 24^e internationale congres plaats van de Individual Psychologie te Vilnius in Litouwen.

Het thema deze keer is: *'Tenderness and Aggressiveness, the challenge of our times.'*

Het congres wordt georganiseerd door de Individualpsychologie van Litouwen. Te bereiken via:

Institute of Individualpsychology

Pamenkalmio street 19 – 8

LT – 0114 Vilnius

Website: www.iaipwebsite.org

E-mail: vilnius_congress@yahoo.com

Telefoon : 0037062055320

Fax : 0037052471751

Internationaal Individual Psychologie

IAIP

Het 24^e Internationale Congres van de Individualpsychologie vindt van 31 juli 2008 tot 3 augustus 2008 plaats in Vilnius, de hoofdstad van Litouwen.

Het thema dit jaar is:

Tenderness & Aggressiveness

The challenge of our time.

De informatiefolder inclusief aanmeldingsformulier kunt u aanvragen bij de redactie van de nieuwsbrief.

Kosten deelname: bij opgave voor 15 mei 2008: € 250. Na deze datum: € 300.

Info: www.iaipwebsite.org

ICASSI 2008

Icassi 2008 zal plaatsvinden van 13 t/m 26 juli in Győr.

Győr ligt tussen Wenen en Budapest.

T.z.t. kunt u meer informatie vinden op de website: www.icassi.net

Boek bespreking

Enige maanden geleden maakte een collega mij opmerkzaam op een in 2003 uitgegeven boek, dat inmiddels zijn zevende druk heeft beleefd.

Hij vond het een feest der herkenning en raadde mij aan het boek ook eens te lezen. Het betreffende boek is:

***'Illusies'*
Ingeborg Bosch.**

Ik weet niet of het boek voor mij al direct een verbinding legde met de Individualpsychologie. Maar het leven vanuit 'illusies' komt dicht in de buurt van het 'alsof' principe en het concept van de tendentieuze apperceptie van Adler.

De stroming die Ingeborg Bosch vertegenwoordigt, komt voort uit de Psycho-analyse en noemt zich 'past reality integration', kortweg PRI. De PRI gaat er vanuit dat we in onze jongste jaren een aantal ervaringen hebben opgedaan, waarop we toen – omdat we dat nog niet anders konden - nog niet verstandelijk, maar vooral driftmatig of reflexmatig en lichamelijk op reageerden. Hierdoor zijn er bepaalde patronen in ons jonge leven ingeslepen, die we zelfs op latere leeftijd – hoewel ze allang niet meer adequaat zijn - nog steeds volgen. In een aantal gevallen hebben we er in ons huidige leven last van. We doen dan 'alsof' we door bepaald gedrag in ons 'volwassen heden' nog net zo bedreigd worden als toen we klein en afhankelijk van anderen waren. We leven dus vanuit de illusie dat anderen ons leven in sterke mate kunnen bepalen, ons leven of voortbestaan zelfs ernstig kunnen bedreigen.

Maar zo stelt Ingeborg Bosch, als volwassenen zijn we voldoende in staat om zelf in onze primaire levensvoorwaarden te voorzien. We hoeven dus niet meer zo te reageren als toen we nog een baby waren.

Het je hiervan bewust worden, is onvoldoende om je leven eenvoudig de gewenste draai de goede kant op te geven, wanneer deze zaken je in de weg zitten.

Vanuit de Individualpsychologie kennen we dergelijke verschijnselen als het ontwikkelen van een 'levensstijl' op grond van onze tendentieuze apperceptie. Onze jeugdherinneringen, die we allemaal hebben en die ons een boodschap geven vanuit de levenservaring die zij bevatten.

Daarnaast ervaren we allemaal op zijn tijd dat bepaalde gedragsmatige reacties zodanig zijn ingeslepen, dat we er maar met moeite van los kunnen komen.

In onze huidige tijd van de psychopharmacy weten we dat bepaalde lichaamsstoffen onze stemming en prestaties beïnvloeden. In de psychiatrie wordt d.m.v. een bepaalde medicatie geprobeerd een disbalans in lichamelijk stoffen te herstellen en zo bijvoorbeeld een depressie of psychose te voorkomen.

Langdurige stress bijvoorbeeld geeft een bepaalde lichamelijke reactie. Doordat deze situatie min of meer chronisch is, blijft ons lichaam deze stoffen aanmaken, waardoor die productie tenslotte min of meer permanent is geworden en ons leven in disbalans raakt.

Ingeborg Bosch noemt 5 vormen van afweer, die we gebruiken. Primaire afweer, valse hoop, valse macht, ontkenning van behoeften en angst. Per afweer werkt zij vervolgens een manier uit om die afweer tegen te houden en ruimte te krijgen voor een andere wijze van reageren. Wanneer de geschetste methode wordt gevolgd gebeurt er letterlijk wat PRI betekent. Namelijk een realiteit vanuit ons verleden wordt opnieuw en anders in ons leven geïntegreerd. En wel zodanig dat we niet langer in onze 'illusie' gevangen zitten.

Na een theoretisch uiteenzetting geeft Ingeborg Bosch een manier om die oude 'gestolde gedragspatronen' ten goede te keren. Je kunt deze stappen zelf maken of hiervoor de hulp van een PRI-therapeut inroepen.

Uitgedaagd nam ik mezelf bij het lezen voor een poging te doen om aan de hand van de geschetste methode bepaald gedrag van mezelf aan te pakken en zo meer zicht te krijgen op de PRI werkwijze; hoe die aansluit op mijn eerdere ervaringen met het werken met vroege jeugdherinneringen.

Een voorbeeld:

Ik weet van mezelf dat ik geïrriteerd kan raken, wanneer anderen ziek zijn. Met name wanneer die ander met zijn ziek zijn in mijn ogen deels gericht lijkt te zijn op het behalen van een zekere ziekte winst. Deze reactie is sterker naarmate mijn relatie met de zieke 'closer' is.

Mijn opkomende irritatie, wordt in PRI termen gezien als: 'valse macht'. Namelijk ik doe alsof de ander niet deugt en ik slachtoffer ben van zijn gedrag. Mijn irritatie heeft als doel mij tijdig te waarschuwen en zorgt ervoor dat ik me zo opstel dat ik minder risico loop slachtoffer te worden.

Het is echter de vraag of mijn observatie van het ziek zijn waar is of dat het mogelijk

verbonden is met bepaalde vroegere ervaringen?

De beschreven methode vroeg als eerste van mij om mijn opkomende irritatie in een deze voorkomende situaties bij mezelf te herkennen. Gelukkig voor mij werd er iemand in mijn omgeving niet ernstig ziek en vanwege zijn opstelling voelde en herkende ik een zekere mate van geïrriteerdheid.

Nadat ik de opkomende irritatie herkende, diende mijn volgende stap te zijn: de zogenoemde 'valse macht' niet te uiten of te stoppen met het uiten ervan.

Toen mij dat was gelukt, volgde de stap om de angel op te sporen, die de irritatie teweeg bracht en die angel uit te vergroten. Dus in voornoemde situatie heb ik nadat ik mijn irritatie opmerkte, die gestopt en me afgevraagd: wat is het wat mij in dit gedrag het meest raakt?

In deze situatie kwam ik tot de ontdekking dat de wijze waarop ik op het gedrag reageerde was 'alsof' ik erdoor werd benadeeld. Dat beïnvloedde mijn manier van omgaan met die zieke op een wijze die ik niet wilde. Ik voelde me niet 'vrij' om mee te leven met de zieke.

De volgende stap was los te komen van dit gedrag dat als symbool voor iets anders in mijn leven staat. Om daarachter te komen werd mij gevraagd te bezien hoe dit gedrag voor mij voelt?

Ik kwam na enig afwegen tot de ontdekking dat ik me door dit ziekegedrag van de ander voornamelijk tekort gedaan voelde.

Hierna wordt gevraagd om de pijn die dit 'tekort gedaan' voor je voelt, toe te laten.

Ik vond het verbazend te ontdekken dat naar aanleiding van het toelaten van deze pijn, mij een aantal herinneringen te binnen schoten vanuit mijn jeugd, waarin mijn zussen vanwege hun ziek zijn extra voedsel kregen. Zij wilden dat niet. Ik eigenlijk wel, maar ik kreeg dat niet van mijn moeder omdat ik gezond was en enige neiging had te dik te worden. Ik herinnerde me als kind wel eens verzucht te hebben: 'Was ik maar eens ziek.'

Het volgen van de PRI werkwijze heeft mij een kans geboden tot een herintegratie te komen van deze jeugdherinnering. Namelijk: als volwassen man ben ik niet meer zoals toen afhankelijk van anderen om me heen. (Mijn zieke zussen en mijn ouders, die toen bepaalden wat ik wel of niet mocht eten.) Ik kan dat nu zelf bepalen, evenals of ik me wel of niet door het ziek zijn van de ander laat beïnvloeden.

Kortom: PRI en IP kunnen elkaar hier op een interessante manier aanvullen. De methode die door Ingeborg Bosch uiteen wordt gezet, vult de IP werkwijze met jeugdherinneringen aan.

Website NWIP

De NWIP heeft inmiddels een eigen website, waar u verschillende informatie over de Individualpsychologie en de NWIP kunt vinden.

U kunt onze website in opbouw vinden onder:
www.individualpsychologie.nl

Het bestuur is Adrie van der Horst bijzonder dankbaar voor de opzet. Er is binnen de NWIP een kleine commissie gevormd voor de website. Namens het bestuur is de secretaris Gert Rietveld bereid gevonden mee te werken. Daarnaast is Willy Hoekstra gevraagd en heeft toe gezegd ook zijn steentje bij te dragen.

Heeft u ideeën voor de website? We horen die graag.

In Memoriam

CASSEL, PEARL GEORGINA M.ED.
(NEE PAGE) On July 3rd, 2007, age 75, of heart failure after a long battle with illness. Teacher, traveler, guidance counselor, author, naturalist, public speaker, patron of our native artists, cruise ship lecturer, photographer, fisherwoman, mother and grandmother. Born in Bengeo, England, Pearl studied science at the Universities of London and Southampton after turning down a scholarship that would have required her to study education. After three years in research pharmacology, her thirst for travel and adventure took her to North America, where she hitch-hiked through 40 states before serendipitously landing a short term teaching position in Toronto. Ironically, the experience discovered a passion for pedagogy that began a 35 year career in which she taught all elementary and high school grades, earned a Masters of Education at the University of Toronto and a Parent Education Diploma, and became a founding director of the Alfred Adler Institute of Ontario. With Dr. Rudolph Dreikurs, a colleague of Adler, she co-authored Discipline without Tears, a teacher and parent guide to managing primary school pupils through understanding motivation, which became an international bestseller translated into several languages. Pearl went on to author Why Kids

Jump Over The Moon (Winner of the Elmer Huff Award, Ontario School Counselors Association) and, with co-author Dr. Raymond Corsini, *The Challenge of Adolescence* (Writers Award, FWTAO) and *Coping with Teenagers in a Democracy*. The success of her books and her love of helping others resulted in invitations to deliver over 1000 keynote speeches and workshops throughout North America, including most of Canada's major universities and many remote locations where she introduced Adlerian, democracy-based teaching approach to First Nations educators. Pearl developed a deep appreciation for native art and relationships with native artists, including the Hunts in British Columbia and Goyce Kakegamic, for whom she helped to arrange an airlift of his work when his studio was threatened by forest fire. Following her retirement from the public school system, Pearl alternated residences in Toronto, Florida, Victoria and Vancouver and repurposed her skills to guiding and educating adults on cruise ships. Greatly distressed when she became unable to continue cruise ship lecturing, she applied her characteristic determination to find other venues in which to contribute to the community: providing telephone support to the housebound through community care; organizing trips and events for her residence and local clubs; and, in her last year, returning to assist in a local elementary school, which she found as rewarding as any of the experiences in her rich life. Pearl survived by sons Paul and granddaughters Camille and Celeste in Toronto and niece Linda in England. A celebration of Pearl's life will take place in the banquet room at 1880 Valley Farm Rd., Pickering, where she lived, on Friday, July 20th from 3:00 to 5:30PM. Donations in lieu of flowers may be made to the Pickering Naturalists, Box 304, Pickering, Ontario. L1V 2R6 or the

Adlerian Psychology Association of British Columbia, 230-1818 W. Broadway Vancouver, B.C. V6J 1Y9

Dr. Albert Ellis - 35 year NASAP member.

Dr. Albert Ellis, the controversial psychologist who revolutionized the field of psychology when he created Rational Emotive Therapy in 1955, died at home on July 24, 2007. His wife, Debbie Joffe was with him. He was 93. He had been seriously ill for more than a year.

Dr. Ellis was born in Pittsburgh on September 27, 1913, and was raised in New York City. He received his M.A. (1943) and Ph.D. (1947) degrees in clinical psychology from Columbia University. He practiced psychotherapy, marriage and family counseling and sex therapy for over sixty years. He was the founder of Rational Emotive Therapy, the first of the now-popular cognitive therapies. In later years, he called his creation Rational Emotive Behavior Therapy, REBT.

His influence extended into areas other than psychology, including education, politics, business and philosophy. He wrote extensively on the problems the world currently faces, such as terrorism and nuclear weapons.

Until he fell ill at the age of 92 in May 2006, Dr. Ellis typically worked at least 16 hours a day, writing books in longhand on legal tablets, visiting with clients and teaching. Even while seriously ill, he continued to see students at the rehabilitation center where he was recuperating. He even taught from his hospital bed, giving his last two hour workshop to a group of students from Belgium who visited his hospital room on March 29. In addition to pneumonia, he had had a heart attack that morning, but he refused to cancel the meeting.

Humor was an important part of his philosophy and he applied it to his own life challenges, using himself as an example to teach people how to deal with serious adversities. He was also a writer of his unique rational humorous songs. He had said that if he was not a psychologist he would have enjoyed being a composer.

On his 90th birthday, Dr. Ellis listened to congratulatory messages from New York Mayor Michael Bloomberg, Sens. Chuck Schumer and Hillary Clinton, former President Bill Clinton and President George W. Bush. In honor of the occasion, he was given a white silk scarf that had been blessed by the Dalai Lama.

Dr. Ellis is survived his wife and also several nephews.

A public memorial service will be held at St. Paul's Chapel at Columbia University on Thursday, Sept. 27, 2007.
