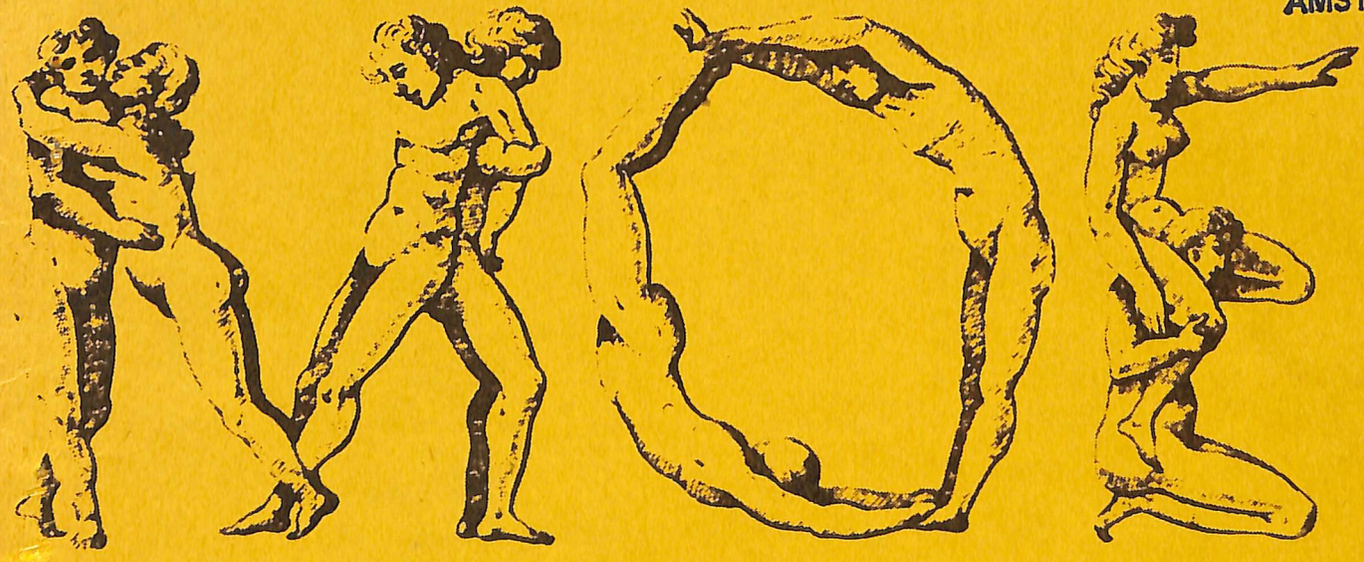
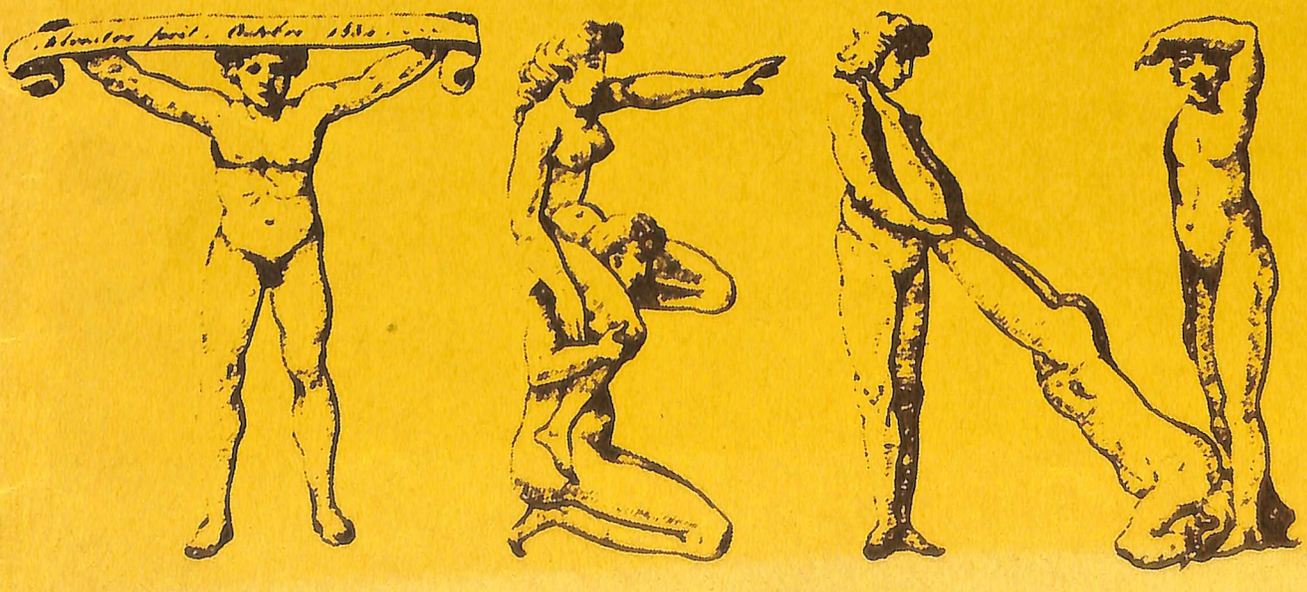
Humanistisch Opleidings Instituut
BIBLIOTHEEK
Postbus 797 - 3500 AT Utrecht

Archief
'ONT-MOETEN'
J.W. Brouwersstr. 18
AMSTERDAM





Humanistisch Verbond

Maart/
April
'77

ONT-MOETEN

Jaargang 3 nummer 4
Maart/April 1977

Informatief tijdschrift van het groepswerk van het Humanistisch Verbond, verschijnt 6 keer per jaar en kost f 15,- per jaargang van October tot October. Losse nummers f 3,-.

Redactie: Albert Nieuwland, Jan Hein Mooren, Denijs Bru.

Administratie: J.W.Brouwersstraat 18, Amsterdam. Postgiro 456508 tnv Albert Nieuwland te Amsterdam.

Omslagontwerp: Han de Vries.

De verantwoordelijkheid voor de gepubliceerde artikelen berust alleen bij de schrijvers ervan. Overname van artikelen of delen ervan is pas toegestaan na toestemming van de redactie.

ten geleide:

Dit nummer begint met een fascinerend artikel van Henry Reed over Droomincubatie, het ritueel rondom het slapen op een heilige plaats in de hoop er een door goden geïnspireerde droom te krijgen. Het biedt een prachtig voorbeeld van de originele mensbenadering, die de humanistische psychologie vaak met grote vindingrijkheid weet te vinden. Het geeft tevens aan hoe zinvol het kan zijn om toch in goden te geloven..... Het artikel is vertaald en bewerkt door Albert Nieuwland uit de Amerikaanse Journal of Humanistic Psychology, najaar 1976.

In Empathie op de helling houdt de Nederlandse humanistische psycholoog David Grabijn een pleidooi voor een theorie- en praktijkvak 'benadering van mensen', dat niet alleen de Rogeriaanse 'inlevende'aanpak zou moeten omvatten, maar ook o.a. assertiviteitstraining en de ontmoetings- en emancipatorische methoden. Belangrijk is dat de cursisten een algemeen model aangeboden krijgen, waar al deze benaderingen in passen en vanwaaruit zij een eigen, bij henzelf passende mensbenadering kunnen destilleren. Een waardevol artikel voor betrokkenen bij het Humanistisch Opleidings Instituut en bij allerlei praktijkopleidingen, zoals voor humanistisch vormingsonderwijs en groeps- en vormingswerk.

In Geestelijke verzorging en relationeel vormingswerk geeft Albert Nieuwland een verslag van een gesprek van een aantal begeleiders van HV-ontmoetingsgroepen met Jaap van Praag. Deze, vice-voorzitter van de Taakgroep, verantwoordelijk voor de geestelijke verzorging en het vormingswerk van het HV, geeft een aantal behartenswaardige suggesties voor het ontwikkelen van een eigen karakter van onze humanistische ontmoetingsgroepen.

Joke van der Velden-Kerperien vervolgt in Wat gedachten over humanistisch vormingsonderwijs in de praktijk de artikelenserie over deze zeer succesvolle werksoort van het Verbond. In een volgend nummer zullen we een interview publiceren met de functionaris hiervan, Wieberen Koopmans, die wat meer achtergrondinformatie zal geven.

Redactie.

droomincubatie

een reconstructie van een ritueel in een hedendaagse vorm,

door Henry Reed.

(bewerking: Albert Nieuwland)

Droomritueel is het ritueel rondom het slapen op een heilige plaats in de hoop een door goden geinspireerde droom te krijgen. Incubatierituelen hebben in de meeste andere culturen bestaan, functioneerden daar als richtsnoer in het leven èn als middel tot genezing. Ze kunnen blijkbaar dienen als bron voor therapie 1).

Hèt klassieke voorbeeld is dat van de droomtempels van Asklepios (Lat: Aesculapius) in de Griekse Oudheid. Iemand met een ziekte van welke aard dan ook legde zich in de tempel ter ruste in de hoop dat Asklepios in een visionaire droom zou verschijnen om een symbolische handeling uit te voeren. De persoon zou dan genezen ontwaken. Het kon ook zijn, dat de godheid in de droom een bepaalde behandeling voorschreef, die de 'therapeutes', de tempelbewaarder, vervolgens zou uitvoeren. Talloze getuigenissen bestaan er over de genezende werking en de voorschhriften gegeven tijdens het dromen in de heiligdommen van Asklepios. De oorsprong van verschillende therapeutische methoden wordt hierop zelfs teruggevoerd 2).

Dichter bij huis bestaat de praktijk van de droomincubatie bij verschillende Amerikaanse indianenstammen. Deze is niet tot genezen beperkt, maar is soms organisch in de hele cultuur opgenomen. Zo bestaat er bijv. een band met het ritueel van het volwassenworden. Bij de Ojibwastam van de Grote Meren gaat een jonge indiaan, die aan dit ritueel toe is, de wildernis in en bereidt zich op voorgeschreven wijze een legerstede, waarin hij, al vastende, verblijft totdat hij de verwachte droom heeft gehad. In deze droom verschijnt een vertegenwoordiger van de geestenwereld en zgent de jongen door deze zijn bijzondere gaven en mogelijkheden te laten zien. Vervolgens onderricht hij hem in het gebruik van de bovennatuurlijke hulpmiddelen, die de jonge indiaan ten dienste zullen gaan staan. Zo door de droom gezegnd heeft de jongeman echter óók de verantwoordelijk gekregen voor 't op voorgeschreven wijze gebruikmaken van zijn gaven, op straffe van het oplopen van een ongeneeslijke ziekte.

Het verschijnsel van de droomincubatie roept vele vragen en boeiende mogelijkheden op. Allereerst wil ik in dit artikel nader ingaan op het verschijnsel zelf en wil ik het onderzoeken op mogelijke bruikbaarheid. Ik heb hiertoe een moderne vorm van droomincubatieritueel ontwikkeld, dat ik tot in details zal beschrijven. Tenslotte zal ik iets vertellen over de resultaten, die ik ermee bereikt heb.

De belangstelling voor dit werk werd bij mij gewekt door de creatieve mogelijkheden die ik ontdekte bij het zich leren herinneren van dromen 3). Ik heb het ritueel eerst als experiment uitgevoerd in een 'droomlaboratorium', vervolgens heb ik het toegepast in een zomerkamp, waar een tent als droomheiligdom diende. Tenslotte heb ik de tent opgeslagen temidden van een kleine speciaal hiervoor bijeengekomen groep mensen en vond hiermee het incubatieritueel zijn meest oorspronkelijke omgeving.

Het incubatieritueel

Als voorlopige richtlijn bij de reconstructie van het ritueel nam ik aan, dat het de veruiterlijking vormde van een psychologisch gebeuren - een projectie van een proces van zelfregulering, genezing of omvorming. Wat de incubant blijkbaar niet direct kan: het op laten komen van een bepaalde gunstige innerlijke conditie, lukt hem wel op indirecte wijze, doordat hij zich richt op de symboolstructuur van het ritueel. Kenmerkend hiervoor zijn 2 eigenschappen: a. De incubant legt zich op een heilige plek te slapen in de hoop een bepaalde droom te krijgen.
b. In deze droom verwacht hij hulp van een vereerde goddelijke weldoener.

Ik nam daarom ten eerste aan dat deze 2 kernsymbolen allebei projecties zijn van de eigen menselijke mogelijkheden. Ten tweede dat ze in allerlei vorm in het hedendaagse leven terug te vinden zijn, zo niet in kerken, dan toch in onze privéverblijven, tweede huizen, in onze dokters, psychiaters, geestelijken en goeroes. De essentie van mijn reconstructie is het gebruik van deze gangbare symbolen van heiligheid en macht bij het oproepen van dezelfde psychische toestand als waarin de incubant verkeerde bij het in slaap vallen in het droomheiligdom.

De procedure die ik ontwikkeld heb bestaat uit 4 delen:
a. de selectie van de droomincubanten,
b. de voorbereiding van de droomincubant,
c. de incubatieceremonie,
d. de getuigenis van de incubant.

Selectie

Een incubatie in de tempel van Asklepios schijnt altijd voorafgegaan te zijn geweest door een eerdere droom, die de raad bevatte naar de tempel te gaan. Mijn werk leerde mij het belang van deze eerdere droom inzien en ik ben het als selectiekriterium gaan gebruiken. Eerst werkte ik nl. met vrijwilligers, maar al gauw merkte ik, dat al diegenen die zich na de incubatieceremonie hun droom niet meer konden herinneren, zich óók geen voorafgaande droom over hun problematiek te binnen konden brengen. Ik gaf aan de a.s. deelnemers van de droomgroep de volgende uitleg over het hanteren van dit selectiekriterium:

Het is belangrijk, dat er in het onbewuste eenzelfde bereidheid bestaat als bij u om aan uw probleem te werken. Evenzo is het nodig, dat er een echt gevoel van vertrouwen in mij en in het droomritueel bestaat. Daar droomincubatie het op zijn minst moet hebben van samenwerking van u met uw dromen, heb ik ontdekt dat het 't veiligst en verstandigst is om uw dromen het initiatief in dezen te laten nemen. Denkt u eens rustig na over wat u met deze incubatie voorhebt en gaat u eens na of in uw dromen de

problematiek, waar u mee komt, op de een of andere manier uitgebeeld wordt. Wilt u inderdaad meedoen aan het incubatietitueel, vertelt u mij daarna die dromen dan.

Voorbereiding

Nadat de dromer besloten had aan de ceremonie mee te doen, werd - een tot drie dagen vooruit - een datum ervoor afgesproken. De voorbereiding is misschien wel het belangrijkste aspect van het ritueel. Het omvat het nadenken over de bedoeling van de incubatie, het kiezen van de persoonlijke symbolen van 'heilige plaats' en 'vereerde weldoener', het omzetten van deze symbolen en van de voorafgaande droom in beelden en tenslotte het besteden van de 24 uur vóór de ceremonie aan symbolische 'zuivering'. Ik zal nu wat uitgebreider op deze voorbereiding ingaan.

Ik benadrukte het primaire belang ervan, dat de incubant zich erop bezinde, wat hij of zij met de ceremonie voorhad, totdat deze zich een zo helder mogelijk beeld van de kernproblematiek had gevormd. Ik moedigde het opkomen van gevoelens aan, die met dit thema te maken hadden. Ik liet de mensen nadenken over alle voordelen, die hun ten deel zouden vallen, als ze uit hun probleemsituatie geraakt zouden zijn. Ik liet ze nadenken over al hun motieven om te veranderen. Ik liet ze meestal vrij in hun overpeinzingen, maar gaf af en toe ook wel eens een hint.

Ik sprak verder met de incubant over het symbolische scenario van het ritueel, over hoe het gezien kon worden als een reflectie op het innerlijke proces van zelfbegeleiding en genezing en over hoe de incubant zich de geest van het ritueel het best eigen kon maken. Hierbij liet ik me richten door de persoonlijke symbolen van de incubant:

> Uw symbool van de 'heilige plaats' roept tegelijkertijd gevoelens van eerbied èn van veiligheid op. Bedenk zo'n plaats, waar u over een belangrijk probleem na zou willen denken, waar u nieuwe perspectieven in het leven zou kunnen ontdekken, waar je je thuis en op je gemak voelt.
> Uw symbool van de 'weldoener' stimuleert bij u gevoelens van vertrouwen, enthousiasme en optimisme. Gaat u eens na, of er onder de mensen, die u bewondert en respecteert of van wie u wel eens droomt of fantaseert, mensen zijn die hiervoor in de termen vallen. Het gaat om iemand die wijsheid bezit en een helende werking kan hebben aangaande uw probleem, iemand van wie u het gevoel heeft dat hij u beter kent dan uzelf.

Ik raadde de incubant aan ruim tijd te besteden aan bezinning op de gekozen symbolen, ik vroeg hem deze in beelden te zien om een extern bezinningspunt te hebben. Ook vroeg ik de voorafgaande droom in beelden te zien.

Tenslotte spraken we over de betekenis van de symbolische 'zuivering', hoe deze handelingen zinvolle uitingen van ernst en ontvankelijkheid kunnen zijn. Als de incubant wilde vasten bijvoorbeeld, raadde ik hem aan dat niet te doen met een houding van gemis en verlies, maar met een instelling van bewust gewilde opoffering. Ook suggereerde ik, dat het niet zozeer ging om een vasten van voedsel, maar eerder om een zich onthouden van een bepaalde gevoelshouding of gewoonte, die de genezing in de weg zou kunnen staan. Ik benadrukte het feit, dat deze onthouding niet volledig hoefde te zijn

om toch effect te hebben, omdat juist de moeilijkheden hierbij de incubant verlangender en ontvankelijker kon maken. Ik raadde aan speciale aandacht aan de lichamelijke voorbereiding te besteden, zoals aan't baden, verzorgen en kleden. De uitvoering ervan liet ik aan hemzelf over. Ik verzocht hem wel de droomtent zó in te richten, dat 't zijn eigen 'heiligdom' werd.

Al deze instructies duurden ongeveer een uur. Hierna had ik weinig kontakt meer met de incubant tot aan de avond van de ceremonie, zodat hij 'n rustige dag van inkeer kon hebben.

Incubatieceremonie

Vroeg in de avond ontmoetten we elkaar in de droomtent en namen een paar minuten stilte in acht. Vervolgens vroeg ik naar wat de incubant van de ceremonie verwachtte. Ik luisterde en stelde alleen een vraag om het verhaal op een dieper niveau te brengen. Ik vroeg speciaal naar stimulansen en remmingen die de incubant voelde en naar de manier waarop hij in het verleden hiermee was omgegaan. Ik waarschuwde voor het verwachten van een bepaalde droomervaring.

Deze beginfase van de ceremonie duurde 2 à 4 uur en diende als mogelijkheid voor de incubant om een bekentenis te doen, die zuiverend zou kunnen werken.

Vervolgens vroeg ik naar de inhoud van de voorafgaande droom en naar het beeld dat hij hiervan had gevormd. Ik gaf geen droominterpretatie, maar coachte de incubant bij 't zelf vinden van een betekenis door afwisselend rollenspel en analyse ervan. Ik vroeg hem zo de mogelijke betekenissen van de droom te vertellen om als basis voor latere vergelijking te dienen. Ik moedigde hem aan de rol van iedere persoon of element die in de droom voorkwam te spelen, terwijl ik hem 'diplomatiek' interviewde om hem daarmee een diepere betekenis te laten vinden. De incubant legde gewoonlijk hierna een bepaald verband tussen de droom en zijn probleem, wat vaak een nieuw licht hierop deed schijnen.

Dan speelde de incubant in een rollenspel de verschillen strijdige elementen van de droom, terwijl ik als middelaar optrad, totdat een of andere constructieve oplossing was bereikt. Door dit te doen en naar harmonie te streven ervaarde de incubant hoe zijn of haar tegenstrijdige motieven, opvattingen gewoonten en waarden hierbij weerstand boden. Het geheel diende om de bereidheid van de incubant om nieuwe patronen te onderzoeken, te bevestigen.

Hierna vroeg ik hem de rol van 'weldoener' te spelen. Ik interviewde hem in deze rol met speciale aandacht voor wat hij te zeggen had over genezing, macht en wijsheid, m.n. wat betreft de problematiek van de incubant. Vaak kwamen zo verrassende inzichten en suggesties naar voren. Ik vroeg de incubant hierop in te gaan en dikwijls volgde hierop een vruchtbare dialoog.

Tenslotte vroeg ik hem de rol van 'heilige plaats' te spelen om de gevoelens, die hierbij opkwamen, te kunnen uiten.

De incubatieceremonie tot zover duurde 4 à 6 uur en had een ontwikkeling van gevoelens te zien gegeven. Van de frustratie, droefheid en verlangens van het stadium van de bekentenis, via het konflikt en de oplossing ervan in de droomenscènering, naar het optimisme en de rust bij het oproepen van de persoonlijke symbolen. Ik vertelde de incubant, dat hiermee de hoofdzaak van dd ceremonie achter de rug was en dat hij zich in een korte pauze klaar kon maken om naar bed te gaan.

We besloten de ceremonie met een mijmering voor 't slapen

gaan. Terwijl de incubant al in bed lag gaf ik aanwijzingen hoe zich te ontspannen, hoe de zwaarte en warmte van de ledematen te voelen, hoe de ademhaling als iets vanzelfsprekends te ervaren. Ik gaf dit alles een symbolische kontekst door het zinvol te koppelen aan het incubatieproces. Het kernthema was nu: 'laat 't nu rustig gaan, vertrouw in de inspiratie!', d.w.z. laat nu je onbewuste zijn werk doen. Ik suggereerde:

> Verbeeld je, dat je op de heilige plaats bent. Laat de beschermende en vertrouwde sfeer op je inwerken. Je armen en benen zijn zwaar en warm, laat je problemen varen, geef je aan de aarde over, adem rustig in en uit. Stel je voor dat je weldoener nadert, voel zijn aanwezigheid, ervaar het vertrouwen en 't optimisme dat hij in je wakker roept.

Ik eindigde de ceremonie met een slaapverwekkende mijmering met muziek via de cassetterecorder. Ik vroeg alleen af en toe: 'vertel me wat er met je gebeurt' en gaf opmerkingen als 'goed zo' en 'ga zo door'. Dit alles niet bedoeld als een geleide fantasie om een bepaalde droom op te wekken maar om via samenvoeging van het voorgaande de slaap op te wekken. De muziek duurde ongeveer 40 minuten, op het eind werden de opmerkingen van de incubant bijna onhoorbaar en toen ik de tent stilletjes verliet, was hij al in slaap gevallen.

Droomgetuigenis

De ochtend erna keerde ik terug naar de droomtent en hoorde op zijn minst twee maal het verslag van de droom aan. Op dezelfde manier als de avond ervoor vroeg ik naar de mogelijke betekenissen ervan. Ik begeleidde de incubant bij het spelen van de rol van ieder element van de droom en erna praatten we over de mogelijke betekenissen ervan en over de relatie met wat hij met de incubatie voorhad.

Ik maande hem aan niet tevreden te zijn met één bepaalde uitleg, maar deze slechts als een aan de praktijk te toetsen hypothese te beschouwen, zodat met de tijd de betekenis van de droom kon veranderen. Ik zei ook dat de uiteindelijke waarde van de droom niet in zijn interpretaties lag, maar in de directe ervaring ervan. Ik beval de incubant daarom ook aan de droom vaak in herinnering te roepen en een beeld van de droom te maken om als herinnerings- en bezinningspunt te kunnen dienen.

De incubant schreef vervolgens een verslag van de ervaring met het hele droomritueel. Tot slot vroeg ik hem mij een symbolischgeschenk te geven, dit om zijn eventuele gevoelens van verplichting jegens mij op te heffen, om aan mijn behoefte aan compensatie tegemoet te komen en om onze rituele relatie van incubant en 'therapeutes' zo hecht mogelijk te maken.

Enkele voorlopige opmerkingen

Ik zal slechts enkele voorlopige opmerkingen over de resultaten van het droomincubatieritueel kunnen maken. Nader onderzoek zal er verder over moeten oordelen. Ik wil allereerst drie voorbeelden van droomincubaties geven.

In vele incubaties leverde de droom een intense gevoelsontlading op. Een man van 29 jaar bijvoorbeeld werd in zijn werk op

frustrerende wijze geremd door een extreme zelfkritiek. Hij had een voorafgaande droom gehad, die de vulkanische intensiteit van zijn creatieve energie aangaf met zijn vader met zijn cynisme als hinderpaal om er gebruik van te maken. In zijn geïncubeerde droom had hij opluchtende gevoelsuitbarstingen met o.a. zijn vader gehad en ervaarde hij van hem die emotionele steun, die hij in de 'echte' relatie juist zo pijnlijk miste. De incubant werd huilend, maar ook opgelucht wakker, met een frisse moed om weer aan zijn werk te beginnen. Als hij zich later deze droom weer herinnerde, gaf hem dat stteds ook weer de moed met zijn werk door te gaan. Ook had hij enkele vruchtbare gesprekken met zijn vader, volgens zijn gevoel mogelijk doordat zijn droom hem bevrijd had van de overtrokken eisen aan zijn vader.

Bij sommige incubaties lverden de dromen andere vormen van compensatie op. En jongen van 14 bijv. zat met een problematiek met psychodelische drugs. Hij had in zijn voorafgaande droom gedroomd over op drift geraakte en bijna verzopen wezens die wanhopig naar het vasteland verlangden. De jongen leefde zich in deze wezens in en herkende zijn verlangen naar een solider alternatief voor zijn psychodelische trips. Hij keek echter neer op de 'square' omgeving van huis en school. Zijn geïncubeerde droom gaf hem de ervaring nodig om op 't vasteland te leren 'zeilen': hij liep op een hete, droge en verstikkend stoffige weg, die op een bepaald moment doodliep. Hij klom in een boom, overzag het omringende bos en ontdekte op een korte afstand een bijl. Hij klom naar beneden, pakte de bijl op en begon zijn eigen bospad te kappen. In plaats van heet en stoffig was dit koel en verfrissend. Door dit droombeeld aangemoedigd begon hij op school weer met frisse inzet. Hij ging beduidend minder drugs gebruiken en zijn verdere dromen leverden hem instrumenten op, zoals dat van een met juwelen bezet zwaard, om zijn individuele levensweg te vervolgen.

Soms bestond de waarde van de geïncubeerde droom allereerst in het verschaffen van dergelijke inspirerende symbolen. Een jonge vrouw met asthma bijv., van 22, wilde de volgens haar idee door de asthma veroorzaakte beperkende relatie met haar moeder verbeteren. De droom die ze inbracht, ging over een meisje dat gevangen werd gehouden in een verstikkend huis dat toebehoorde aan een oude vrouw, die pas overleden was. Toen ze deze droom en met name de dialoog tussen het meisje en het huis 'speelde', ervaarde ze niet alleen schuldgevoelens, opgeroepen door haar neiging haar moeder te verlaten, maar ook de door haar moeder gevoede twijfel of ze wel op eigen benen kon staan. In haar geïncubeerde droom gaf een inspirerende oudere dame haar een fantastisch mooie jurk en zond haar op een belangrijke missie. De incubante maakte in haar dagelijkse leven veel jurken, jurken waren vaak haar droombeelden, maar ze waren meestal te sexy, te slordig òf te bescheiden voor haar. Haar droomjurk was echter perfect. Ik moedigde haar aan er een tekening en daarna misschien een kopie van te maken. Enige tijd later ontmoette ik haar weer. Ze was van huis weg, nam minder middelen voor haar asthma in en toonde me enkele prachtige tekeningen van haar droomjurk. Ze had de jurk niet willen naaien, maar ze vertelde dat ze nu allerlei situaties makkelijker aan kon door zich voor te stellen dat ze haar droomjurk droeg en overeenkomstig handelde.

Er waren ook minder eenvoudige en dramatischer incubaties dan genoemde drie. Bepaalde mensen hadden behalve hun geïncubeerde

droom de ervaring van iets als een visioen. In tegenstelling tot bij de droom sloot de inhoud ervan niet aan bij de voorafgaande thema's. De situatie in het visioen was die van de tent zelf, waar een vreemde verschijning aan de persoon verscheen. Na afloop ontwaakte hij verward, niet wetend of het al dan niet echt gebeurd was. In een geval voelde een incubant een lichtbundel door zijn hart schijnen, die van iemand buiten de tent afkomstig was. In een ander geval hoorde de incubant zeggen: 'rol op je rechterzij en ik zal je je nummer geven'. Toen hij dat deed, sprak de stem het nummer. De incubant viel hierna in slaap en droomde dat hij met dat nummer een speciale vriend ging raadplegen.

Deze visioen-achtige ervaringen doen erg denken aan droomverslagen van incubatierituelen uit andere culturen. Een laatste incubatie overtuigde me van 't belang hiervan en deed me voorlopig met mijn experimenten ophouden totdat ik hier meer inzicht in zou hebben gekregen.

Deze bijzondere incubatie betrof een uiterst intelligente en creatieve vrouw van 26 jaar. De ochtend na de incubatieceremonie vertelde ze me van haar dromen, die zeer veel te maken hadden met haar problematiek. Maar ze onthulde ook aarzelend, dat er die nacht ook wat anders gebeurd was: ze ontwaakte en ontdekte dat de tent weggewaaid was. Een oud vrouwtje riep haar en zei dat ze haar lichaam zou voorbereiden voor de dood en verder, dat de wind geesten waren, die de 7 klieren van haar lichaam zouden stopzetten. Eerst was de vrouw angstig geworden, maar verder vertrouwde ze toch op het gezag, dat het vrouwtje uitstraalde en gaf haar lichaam over, bijna verlangend naar de dood. Al deze tijd had ze voor zich een grote lichtgevende tafel gezien, waarop in vele kolommen haar voorafgaande en toekomstige levens beschreven stonden. Het visioen eindigde plots en ze werd weer in de tent wakker. Deze ervaring was heel andere aard geweest dan haar andere dromen en psychodelische ervaringen. In haar laatste brief, die ik ettelijke maanden na de ceremonie ontving, schreef ze dat het visioen haar had onthuld, dat het bestaan niet van het fysieke lichaam afhankelijk was. Ze schreef ook.dat haar dromen net begonnen te handelen over de inhoud van het visioen, nadat ze eerst gegaan waren over haar beginproblematiek.

Wat dit laatste betreft, was deze bijzondere incubatie gelijk aan de andere. Ook hier kwam weer naar voren, dat, welke potenties ook door de droom realiseerbaar worden gemaakt, ze altijd om een zeer voorzichtige benadering vragen. De incubanten toonden allemaal naderhand een proces van graduele verandering, waarin het ceremoniëel een tijdige en belangrijke rol speelde, maar dit was niet iets exclusiefs en noodzakelijks. Wat wèl zeer typerend voor het droomritueel was, dat de deelnemers erna op een andere manier met hun dromen omgingen: deze 'antwoordden' meer en er was een groter gevoel van dialoog en samenwerking. Het incubatieritueel wàs ook inderdaad bedoeld als een weerspiegeling van de innerlijke bronnen van de deelnemer, als hulp tot grotere zelfstandigheid.

Als slot wil ik nog opmerken, dat het droomritueel aan de gemeenschap van deelnemers als geheel óók een middel tot zelfreflectie en groei gaf. Een incubant bijvoorbeeld had een droom die, toen we die met de deelnemers uitspeelden, een symbolisch psychodrama vormde, waarin alle konflikten en middelen tot verzoening naar voren kwamen. Ook kwam het nogal eens voor, dat n.a.v. de incubatiedroom van één der deelnemers de anderen droomden hoe deze droom de hele gemeenschap kon veranderen.

Commentaar

Ik heb het idee, dat het verschijnsel van de droomincubatie een vruchtbare aanpak biedt op verschillende gebieden. Er is al meer gewezen op het feit, dat psychotherapieën invloed op het lichaam kunnen hebben 4). Voor psychotherapeutische toepassing van het droomritueel is echter nog nader onderzoek nodig. Behalve op dit gebied echter heeft het ook culturele waarde. Het is altijd al een middel geweest om levende mythen op te sporen 5). Het biedt verder de mogelijkheid aan bestaande gemeenschappen van mensen om hun mythen, rituelen, gezangen en dansen te ontwikkelen en zo tot hun eenheid en identiteit bij te dragen. Ook maakt het de parapsychologische en transpersoonlijke kant, die zo vaak aan dromen worden toegeschreven, onderzoekbaar.

En helemaal een hoofdstuk apart is het belang van het droomritueel voor wetenschappelijk onderzoeksproces zelf. Wat verandert er wetenschapstheoretisch niet allemaal, als we een symbolisch ritueel bij het onderzoek nodig hebben i.p.v. een technische methode! Waar blijft het ideaal van het objectief gecontroleerde herhaalbare experiment, als zo'n experiment van ons de overgave verlangt aan factoren buiten onze individuele controle? We zouden het causale onderzoeksmodel moeten laten varen voor een niet-causaal model, waardoor we bijdragen aan de zelfrealisering van de werkelijkheden, die we willen onderzoeken. Ik had hierover de volgende droom:

> We zijn samengekomen voor onderzoek en verlichting. We hebben het juiste onderzoeksmodel nog niet gevonden en staan in het duister. Dan beginnen we in een kring te dansen en we ontdekken dat het paradigma, het model, waar we naar verlangen uitgedrukt wordt door ons dansen. In het elkaar groeten en eren, laat ieder zijn persoonlijke droomsymbool zien en wordt onze dans een centrale bron van vonken die onze ruimte verlichten.

---

1) deBecker, R. 'The understanding of dreams and their influance on the history of man'. New York: Hawthorn, 1968.

2) Edelstein, E.J. and Edelstein, L: 'Asclepius, A collection and interpretation of the testimonies'. Baltimore, John Hopkins Press, 1945.
Kerenyi, C.'Asklepios: Archetypal image of the physician's existence', Princeton University Press, 1959.
Meier, C.A.'Ancient incubation and modern psychotherapy', Evanston: Northwestern University Press, 1967.

3) Reed, H. 'Learning to remember dreams' in 'Journal of Humanistic Psychology, 1973, 13, 33-48.

4) Brown, M. 'The new body psychotherapies' in Psychotherapy: Theory, Re earch, and Practice', 1973, 10, 98-116.

5) deBecker (zie noot 1)
Campbell, J. 'Myths to live by'. New York: Viking, 1972.
Kelsey, M. 'God, dreams, and revelation'. Minneapolis: Augsberg Press, 1973.

Empathie op de helling

door David Grabijn.

Bij het begeleiden of helpen van mensen en bij het werken met groepen kun je veel kanten op. Of het nu een kwestie is van mode of van diepe overtuiging, weet ik niet, maar het lijkt of er in een bepaalde tijd of in bepaalde kringen duidelijk afzonderlijke benaderingen te vinden zijn.
Je zou in opleidingen tot helpers, raadslieden, groepsbegeleiders en dergelijke eigenlijk een vak 'benadering van mensen' moeten hebben. Je zou dan kunnen leren inzien dat je vanuit jouw overtuigingen en vanuit de omstandigheden van mensen verschillende wegen kunt inslaan. Misschien is het wel doodeng om je voornamelijk met één bepaalde benadering bezig te houden en je zo van te voren al aan een vaste taktiek van invoelen of uitleven te verslingeren.
Laten we eens kijken naar enkele benaderingen, hun enge kanten, hun bedoelingen en hun onderlinge verband.

Analyse

Er is de benadering van het uitpluizen van wat er in de beleving aan de hand heet te zijn: analyse. De bedoeling is het toegankelijk maken van wat iemand zou moeten weten, maar niet weet of niet weten wil. Dat wil zeggen: je werkt er naar toe, dat iemand verwoordt wat hem of haar dwars zit en dan ben je er. Het enge ervan is, dat je nogal geisoleerd in een persoonlijk leven graaft. Het aardige is dat het achterhalen van hoe iets nu komt, grote opluchting kan geven: ik heb vroeger iets verkeerd verwerkt en daarom ben ik bang voor mensen. Maar uitpluizen alleen is niet genoeg, je moet ook nog wat doen. En dan komen we op:

Ingrijpen

De benadering van het veranderen en dirigeren: ingrijpen. De bedoeling is het uit de weg ruimen van problemen door in het gedrag van mensen veranderingen aan te brengen. Op de goede momenten vriendelijke dingen zeggen tegen iemand kan maken dat deze gaat doen wat je wilt. Je kunt jezelf van een angst afbrengen door jezelf te belonen wanneer je niet bang bent of door je op het moment dat je bang wordt, te ontspannen. Het enge is dat mensen er ongemerkt mee gemanipuleerd kunnen worden. Het aardige is dat je er nare dingen mee kunt verzwakken en zo tijd krijgt om wezenlijke vragen aan te pakken. Als ik nu eerst maar eens op straat durf, dan kan ik tenminste weer eens naar mensen toe. Maar ingrijpen kan het eigen beleven en leven van mensen verstoren. En zo komen we bij:

Empathie

De benadering die juist helemaal niet dirigeren wil en zoals dat heet van de kliënt wil uitgaan: de empathie. Je aanvaardt de ander zo volledig mogelijk, je bent zelf een zo goed en echt mo-

gelijke spiegel en leeft je iemands gevoelens en omstandigheden in. Wanneer iemand ontdekt dat een ander zich in haar/hem verplaatsen kan, geeft dat vaak een grote troost: je geeft die persoon het gevoel dat hij/zij de moeite waard is. Het enge is dat in dit troosten zowel de helper als de 'kliënt' kunnen blijven steken. Er wordt geluisterd en dat is fijn en noodzakelijk, maar deze steun kan wel eens het uitzicht op andere feiten belemmeren. Als ik me met succes inleef in iemand die in de hulp- of groepssituatie zielig is en daarbuiten anderen uitbuit, die ik die anderen tekort. De omgeving, de anderen, de omstandigheden, de doelen en opvattingen van een groepslid of 'kliënt' kunnen de totale aanvaarding van zo iemand tot een hachelijke zaak maken. Empathie kan eigenlijk alleen als je (even?) je eigen doelen en opvattingen buiten spel zet. Als je dat in een samenzijn te lang doet, is het de vraag of je anderen geen onrecht doet door zelf verstoppertje te spelen en je blikveld zo te beperken. En zo komen we op:

Ontmoeting

De existentiëel-humanistische benadering, waar het gaat om de ontmoeting zelf. Geen rollen spelen, geen analyseren, geen dirigeren, maar wel aandacht voor wat er tijdens de ontmoeting gebeurt. De gedachte erachter is dat de confrontaties met eigen gevoelens en gewaarwordingen en met die van anderen doorwerken op hoe iemand in het leven staat. Als je tijdens zo'n ontmoeting schuchter bent, zal dat wel een probleem zijn en kun je er nu aan werken. Het enge is dat die ontmoeting zelf problemen opwekken kan die je anders niet hebt, dat veel mensen zo'n directe aanpak niet gewend zijn en dat al of niet spannende ontmoetingen helemaal niet in het dagelijkse leven hoeven door te werken. Het aardige is dat binnen de betrekkelijke veiligheid van de ontmoeting geoefend kan worden met een directere manier van uiten, zonder dat mensen meteen belachelijk gemaakt of onderdrukt worden. Het vergt wèl, dat de groepsleider of raadgever of hulpverlener er echt is en niet alleen maar zit te kijken of te luisteren of te dirigeren. Maar ervaringen opdoen met hoe je je directer kunt uiten, betekent nog niet dat je voortaan ook weet hoe je uit de problemen moet komen. Daarom is er ook nog:

Assertiviteit

De benadering van het voor jezelf opkomen: assertiviteitstraining. Hiet is het de bedoeling dat de helper of groepsleider mensen leert hoe ze voor zichzelf moeten opkomen. Dit staat onder meer in boekjes met titels als 'ik ben d'r ook nog'. Het enge hierbij is dat mensen die al heel duidelijk voor zichzelf opkomen, maar dat niet zien, door zo'n training misschien onverdraaglijk worden en dat de uiterlijke vorm veel nadruk krijgt. Het aardige ervan is dat je sociaal zwakken mensen wapens in handen kunt geven om voor hun rechten op te komen. Maar dat is nog maar één kant van het helpen, want we belanden bij de (hier) laatste benadering:

Emanciperen

De benadering van het emanciperen van afzonderlijke mensen en van groepen, zoals kinderen, zieken, gevangenen, vrouwen, armen, homosexuelen, psychiatrische patiënten en bejaarden. Het is hier de bedoeling om door actie te voeren en bewust te maken verdrukte mensen en groepen vrij te maken. Dit is een te algemene en te belang-

rijke benadering om er zonder meer aardige en enge kanten aan te onderscheiden.

In een vak of thema 'benaderingen van mensen' kun je de genoemde en nog andere benaderingen toelichten met voorbeelden, met theorieën van aanhangers ervan en met de samenhangen tussen een en ander. Belangrijk is ook een soort algemeen model waarin die benaderingen passen en waardoor je een gevoel krijgt voor de toepassingen ervan. Je zou aan iets kunnen denken als:

- wees je bewust van je eigen gewaarwordingen op het moment,
- kom achter de feitelijke omstandigheden,
- bekijk of je iets doen kunt of wilt,
- zo ja, probeer vertrouwen te scheppen door jezelf te zijn en de anderen serieus te nemen,
- wees open en waardeer openheid van anderen,
- werk naar doelen toe, die je samen vaststelt,
- vind vormen van samenwerken waarbij je op anderen steunt en anderen op jou steunen.

In een dergelijk werkmodel gebruik je afwisselend verschillende benaderingen. Daarvoor heb je de kans om enge kanten van die benaderingen te omzeilen en aardige kanten zoveel mogelijk te gebruiken.

Maart 1977

Geestelijke verzorging en relationeel vormingswerk.

Verslag van een discussie van een aantal begeleiders van ontmoetingsgroepen met Jaap van Praag, door Albert Nieuwland.

Inleiding van Jaap van Praag

Bruikbaar voor het onderwerp is het onderscheid tussen rede en gevoel, mits maar genuanceerd aangegeven wordt, wat ermee bedoeld wordt.

Met rede of ratio wordt vaak iets van 'verstandelijkheid' aangeduid, maar dat is hier bepaald niet het geval. Er zijn 2 soorten rede te onderscheiden: de bewuste redelijkheid van de praktijk en de reflexieve van het theoretisch bezigzijn. Aangezien we het willen hebben over de praktijk van het geestelijke en het relationele werk, gaat het in het volgende om de eerste soort.

Ook wat betreft gevoel zijn er verschillende soorten. We kunnen zo onderscheid maken tussen zintuigelijke gevoelens (fel licht bijvoorbeeld geeft een gevoel van pijn), vitale gevoelens (temperamentsuitingen zoals drift, liefde, vreugde, melancholie, enz.), en tenslotte existentiële gevoelens (gevoelens als mooi/lelijk, goed/slecht, echt/onecht, zinvol/zinloos). In de geestelijke verzorging gaat het vooral om existentiële gevoelens, vandaar dat we het daar vervolgens over zullen hebben.

Hergeformuleerd is ons onderwerp nu: de functie die de praktische redelijkheid en de existentiële gevoelens in ons ontmoetingsgroepenwerk kunnen hebben.

Het gaat, nogmaals, hierbij niet om een theoretisch spreken 'over', maar om een spreken 'van', namelijk van de dingen die je werkelijk beroeren, dus om een uiten van wat je ècht bezighoudt. (Het spreken 'over', dus het theoretiseren, kàn soms best een zinvolle aktiviteit zijn, maar hoort niet thuis in de vorm van groepswerk, waar we het hier over hebben). Het spreken 'van' is niet alleen een uiten van existentiële gevoelens, maar is ook een zich rekenschap geven van deze gevoelens om ze beter te kunnen hanteren en 'plaatsen'. Men kan immers niet altijd in geestesvervoering verkeren, het leven bevat veel noodzakelijke routine. Wat men wèl kan doen, is die routine richten, d.w.z. je bewustworden of ze in overeenstemming is met je existentiële gevoelens.

Bij die existentiële gevoelens gaat het om gevoelens van zelfaanvaarding, zelfbestemming, en centraal hierbij: zingeving: het samenhang zien in je leven (ook achteraf nog, een probleem waar veel bejaarden mee bezigzijn). Samenhang hoeft lang niet altijd 'harmonie' in te houden, maar betekent in het algemeen 'plaats geven'. Het gaat om een behoefte van de mens.

De psychiater Erikson wijst er o.a. op: wij psychiaters kunnen de mens wel weer oplappen, d.w.z. sociaal weer laten functioneren, maae er blijft toch een leegte. In 'Young man Luther' beschrijft hij de jonhe Luther, die dicht tegen de hysterie aan zat, totdat hij een doel in zijn leven zag.

Het omgekeerde komt voor in het toneelstuk 'Equus' van Peter Shaffer. De hoofdpersoon leeft in een extatische wereld, waarin hij uit liefde voor zijn paard tot dadaen komt, die in het gewone leven niet door de beugel kunnen en als dierenmishandeling beschouwd worden. De jongen wordt'genezen' tot het gewone leven, maar blijft een lege huls: de zingeving ontbreekt.

Een derde voorbeeld geeft de joodse psychiater Victor Frankl in 'The search for meaning': waarom sommigen het concentratiekamp wel en anderen het niet overleefden. Diegenen die een creatief en zinvol leven hadden geleid hadden een grotere overlevingskans.

De taak van de geestelijke verzorging is het om existentiële gevoelens aan de orde te stellen, om er 'van' te spreken en in de gesprekssituatie zichtbaar te maken zonder er 'over' te praten. Dit alles met de bedoeling de geestelijke weerbaarheid van de mensen te vergroten. Het is een vak op zich, onderscheiden van psychotherapie en relationeel vormingswerk, maar het kan er wel mee in verband worden gebracht, over de relatie met het tweede het volgende.

In het relationeel vormingswerk gaat het om vrijmaken van emoties. We hebben allemaal onze remmingen en frustraties. 'Gezonde neurosen' zou je ze kunnen noemen. De deelnemers aan ontmoetingsgroepen willen de ontsluiting van deze blokkeringen en remmingen meemaken en ze willen er aan werken. Daarmee ligt dit werk dichtbij psychotherapie, het verschil is een kwestie van graad.

Kan je nou in ontmoetingsgroepen toch óók iets doen aan het bespreekbaar maken van existentiële gevoelens? Het kan in ieder geval niet door apart, in een andere groep nog eens over de ervaringen in de ontmoetingsgroep na te praten. Maar het zou misschien op de een of andere manier ingebouwd kunnen worden. Daarvoor moet de ontmoetingsgroepbegeleider zich wèl de hele problematiek bewust

zijn, hij moet er de zin van inzien en moet er theoretisch in geschoold zijn. Het is weliswaar eenkwestie van praktisch bezigzijn, maar om dat te kunnen moet je het ook theoretisch doordacht hebben.

In ieder geval zou het een heel apart element aan ontmoetingsgroepen van het HV kunnen worden. Het zou dan ook vante voren in het 'kontrakt' opgenomen moeten worden.

Enkele punten uit de hierop volgende discussie

Vraag: Waarom moet er na emotionele ervaringen perse nagepraat worden? Het komt juist zo vaak voor, dat mensen zichzelf in de put werken door denken en praten. Een van de pluspunten van het ontmoetingsgroepenwerk is juist, dat het niet bij praten blijft, maar nieuwe ervaringen mogelijk maakt.

Jaap: Het gaat natuurlijk niet om 'stuk'praten of 'plat'praten, maar om het praten 'van', waar we het over gehad hebben. Het gaat om het praten over wat die ervaringen voor je betekenen. De begeleider moet dit natuurlijk nooit opdringen. Wat hij wel kan doen, is het op de geschikte momenten 'uitlokken' van mensen om zelfstandig met deze vragen bezig te gaan. Deze bewustwording maakt, dat de ervaringen niet 'einmalig' blijven, maar dat je er later ook wat mee kan doen.

Vraag: Is de hier-en-nu-methode niet een hinderpaal bij het verken van die existentiële gevoelens?

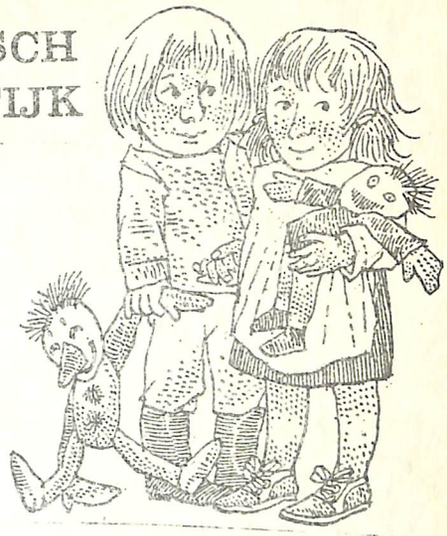
Jaap: Alleen als het een levenssysteem is geworden. Dan kap je er namelijke bepaalde dingen mee af: verleden en toekomst, aangezien de mens een historisch levend wezen is. Als methode is het hier-en-nu op bepaalde momenten daarentegen zeer nuttig en zelfs noodzakelijk.

Jaap: Maar waarom komt het praten'van' in ontmoetingsgroepen eigenlijk niet aan de orde? Is het een principiële zaak of 'ziet' men het alleen nog niet?

Antwoord: Ten eerste misschien omdat het een vanzelfsprekende zaak is. In de evaluatie na iedere avond en in ieder geval in die aan het einde van de groep is men bezig de ervaringen zo te 'plaatsen'. In de tweede plaats komt het wellicht, omdat over een minimum gaat: wat kan je verwachten van een paar avonden en een weekend?

Jaap: Dat hangt misschien met elkaar samen. Juist omdat het zo 'vanzelfsprekend' wordt gevonden kan men er over heen kijken. Het op de juiste momenten uitlokken van het expliciet maken van dit soort vragen, maakt dat men een beetje greep erop krijgt en maakt misschien daardoor óók dat het niet over iets miniems blijft gaan.
Daarbij komt nog, dat er een verschil in 'plaatsen' bestaat. Er is het 'plaatsen' van ervaringen opgedaan in de groep binnen de kontekst van je konkrete bestaan. Dit gebeurt waarschijnlijk in de evaluaties. Maar er is óók het 'plaatsen' van die ervaringen in je levensplan. En hierom gaat het in de geestelijke verzorging uiteindelijk.

WAT GEDACHTEN OVER HUMANISTISCH VORMINGS ONDERWIJS IN DE PRAKTIJK



door Joke van der Velden-Kerperien

Hoewel ik pas kort humanistisch vormingsonderwijs (hvo) geef - krap een jaar - heb ik daarover wel zo mijn ideeën en geef ik les vanuit een bepaalde filosofie die ik hier ter discussie wil stellen. Daarna zal ik een kleine schets geven van hoe ik de lessen indeel en welke rol ikzelf daarin tracht te spelen.

Zelfvertrouwen en zelfrespect

Er zijn diverse belangrijke zaken in het leven van een mens. De allernoodzakelijkste om een redelijk gelukkig leven te kunnen leiden zijn volgens mij zelfvertrouwen en gevoel van eigenwaarde. Een mens die zichzelf niet naar waarde weet te schatten, is onzeker. Hij voelt zich in allerlei situaties geremd en bedreigd en kan daardoor niet uitgroeien tot een evenwichtige, zelfstandige persoonlijkheid, die ècht in het leven staat. Gevolgen hiervan zijn in de maatschappij duidelijk waarneembaar: mensen die op hun tenen lopen in banen waarin zij zichzelf telkens opnieuw moeten bewijzen; mensen die in hun schulp kruipen omdat ze denken dat ze toch niets te zeggen hebben; mensen die materiële zaken najagen om op die manier hun aanzien te verbeteren; angstige mensen; kortom: mensen, die niet echt vrij zijn. De oorzaak hiervan is meestal terug te vinden in de opvoeding, thuis zowel als op school. Vaak was deze te prestatiegericht, waardoor een bepaalde faalangst ontstond. Deze mensen hebben niet geleerd een eigen mening te vormen en lopen daardoor dikwijls met de massa mee. Voorbeelden hiervan zijn de aftrek die bepaalde kranten en tijdschriften genieten en het succes van sommige pretentieloze tv- en radioprogramma's.

Het nut van hvo en wat probeer je ermee te bereiken?

Wat heeft dit alles met hvo te maken? Volgens mij heel veel. In de gezinnen en vooral op de scholen wordt er over het algemeen niet al te veel aan vorming gedaan. (Gunstige uitzonderingen daargelaten). Door kinderen te confronteren met zichzelf en met anderen, zoals ze zijn, met hun goede en minder goede eigenschappen, kunnen ze leren zichzelf en anderen te aanvaarden en te respecteren en - waar nodig - zichzelf aan te passen.

Via hvo kun je ze leren na te denken over bepaalde situaties die zich binnen hun eigen wereldje - en daarbuiten - voordoen. Je kunt ze leren daarover een eigen mening te vormen en die ook te verdedigen t.o.v. mensen die er anders over denken. Je kunt ze

leren oplossingen te zoeken en te vinden voor problemen zie ze ontmoeten. Op die manier kan hvo een leemte binnen het onderwijs opvullen. Hoewel ik besef dat een uurtje in de week niet voldoende is, hoop ik toch te bereiken dat de kinderen zich - mede door die lessen - wat evenwichtiger en zelfstandiger zullen ontplooien dan kindern die nooit vormingslessen hebben gevolgd.

Hoe doe je dat?

Het klinkt misschien allemaal wat zwaar, wanneer je bedenkt dat je met tien- tot twaalfjarigen te maken hebt. In de praktijk probeer ik evenwel een en ander op een speelse manier aan te pakken. Meestal spreek ik een week tevoren met de kinderen af waarover we het een volgende keer gaan hebben. De kinderen zelf zoeken in die week ook naar krantenartikelen, plaatjes e.d. die op dat onderwerp slaan.

Op die manier betrek je ook de ouders bij het onderwerp van de lessen en bereik je dat het kind thuis ook over de lessen praat. (Daarin moedig ik ze ook zveel mogelijk aan). Over het algemeen begin ik de les met het laten voorlezen van het verslag van de vorige les en het bekijken van het meegebrachte materiaal (als dat er is). Daarna komt het wat 'speelsere' deel in de vorm van creatief spel, handenarbeid e.d. en vervolgens wordt er gepraat -meestal in een kringgesprek - over in het 'speelsere' deel reeds aangekaarte onderwerp. Die formule bevalt goed. Soms is het zo dat je een les over een bepaald onderwerp hebt voorbereid en dan plotseling blijkt dat de kinderen heel ergens anders mee zitten of heel ergens anders belangstelling voor hebben. Vaak is dan met een beetje improvisatie de les volledig om te gooien Dat probeer ik dan ook zoveel mogelijk te doen. Belangrijk vind ik dat iedereen binnen een les zijn zegje kan doen en ik waak er steeds voor dat er geen 'outsiders'ontstaan, hoewel dat dikwijls moeilijk is.

Welke rol speelt de vormingsleidster in het geheel?

Volgens mij moet de vormingsleidster zich opstellen als een soort intermediair. Zij zal de ene keer spel- of gespreksleidster zijn, de andere keer slechts toeschouwer. Zij moet er zich steeds van bewust zijn waar ze mee bezig is. Ze moet trachten zo weinig mogelijk zelf meningen te poneren en ze mag geen oplossingen aandragen voor problemen waarvoor ze de kinderen tijdens de les heeft gesteld. Dit lijkt makkelijker dan het is. Je bent o zo gauw geneigd je eigen mening ergens over te geven of een handje te helpen wanneer het moeilijk dreigt te worden (De kinderen vragen hierom ook zelf vaak). Hier dreigt dan gevaar voor indoctrinatie. Zelf probeer ik dit te voorkomen door vragen direct door te spelen naar de groep. Natuurlijk is dit niet altijd mogelijk - of wenselijk - In zo'n geval geef ik wel m'n mening, maar zeg daar uitdrukkelijk bij dat het mijn mening is en dat andere mensen er misschien heel anders over denken. Dat is dan hún zaak en waarschijnlijk niet beter of slechter dan mijn idee.

Tot slot vind ik het bijzonder belangrijk dat een kind leert relativeren, zowel waar dat zichzelf betreft als waar het om anderen gaat. Voorts dat het leert zich ook kwetsbaar te durven opstellen, zonder dat het meteen de 'underdog' gaat spelen.