Jan.
'75

Ontmoeten

Humanistisch Verbond

JACK PRINCE

ONT-MOETEN Jaargang 1 nummer 4 Januari 1975

Informatief tijdschrift van het groepswerk van het Humanistisch Verbond, verschijnt 8 keer per jaar, kost f15,- per jaargang, geen losse nummers verkrijgbaar.

REDACTIE: Albert Nieuwland, Peter Meeuwsen, Jos Schuermans.

ADMINISTRATIE: J.W.Brouwersstraat 18, Amsterdam.
postgiro 456508 t.n.v. Albert Nieuwland, A'dam.

OMSLAG: Jack Prince

De verantwoordelijkheid voor de gepubliceerde artikelen berust alleen bij de schrijvers ervan.

TEN GELEIDE:

De gevaren van sensitivity-training worden in de pers nogal breed uitgemeten en sensationeel behandeld. Als je zelf aan zo'n training hebt meegedaan en er niet op geflipt bent, ben je geneigd deze bezwaren weg te wuiven omdat ze de kern van al het intense dat er gebeurd is niet raken. Mensen die afgenokt hebben of afgeknapt zijn zullen daarentegen hun bezwaren gauw overtrekken. Om van mensen die zelf nooit hebben meegedaan, maar de kritiek van anderen maar al te graag klakkeloos of opgeblazen overnemen, nog maar te zwijgen.

Al deze manieren van reageren zijn begrijpelijk, maar bevorderen niet bepaald het goede begrip voor deze nieuwe methode. Ook al heb je zelf alleen maar goede dingen in een groep meegemaakt, is het zaak oog voor de gevaren te hebben. Ook al heb je niets dan negatieve gevoelens gehad, is het zaak de positieve kanten ervan naar voren te halen.

Een van de doelstellingen van dit blad is, door zowel persoonlijke belevingen als kritiek als theoretische achtergronden van het groepswerk te geven, groepsbelevingen te helpen'plaatsen', dus in bovengenoemde betekenis te helpen relativeren. Vandaar dat we zowel graag plaats ingeruimd hebben voor de - ook naar hun eigen mening - nogal eenzijdige kritische opmerkingen van de Seliers over groepsbeleving als voor het artikel van William Smits over 'Encounter' en 'Gestalt' als mogelijkheden voor psychotherapie. Smits is psycholoog en een tijdlang trainer van ontmoetingsgroepen van het Humanistisch Verbond in Eindhoven geweest. Selier is cultureel anthropoloog en lid van de Taakgroep wetenschappelijk werk van het H.V.

Verder een tweede artikel van Jaap Bregman met een opzet voor een training in geestelijke hulpverlening. Hier is in het kader van het uitgebreide werk op dit terrein dat het H.V. met behulp van vrijwilligers doet zeker behoefte aan. Tot slot iets uit de maatschappijkritische hoek van het humanistische groepswerk, een aankondiging voor een cursus in den Haag over de vrouw als woonconsument.

REDACTIE.

GROEPSBELEVING

Drs.F.Selier
J.Selier-van der Valk

1. Er zijn verschillende soorten belevingsgroepen. De belangrijkste zijn: a) T-groepen, d.w.z. trainingsgroepen met als doel sociale vaardigheden te oefenen.
   b) Ontmoetingsgroepen ("encounter-groups"), waarvan het doel is de groei van de persoonlijkheid vrijer, opener, spontaner te bevorderen en de interpersoonlijke relaties te verbeteren.
   c) Sensitivity trainingsgroepen, meestal met kenmerken van beide voorgaande groepen.

2. Belevingsgroepen zijn oorspronkelijk ontwikkeld door Kurt Lewin en Carl Rogers. Lewin probeerde groepen (T-groepen) te gebruiken als middel om intermenselijke relaties binnen bedrijven te verbeteren. Rogers gebruikte de groepsbeleving binnen de psychotherapie als nieuw middel naast de bekende individuele gesprekstherapie. Deze nieuwe ontwikkelingen hebben binnen enkele decennia veel aandacht getrokken en allerlei toepassingsmogelijkheden gevonden, ook buiten het gebied waarvoor zij aanvankelijk bedoeld waren. Tegenwoordig wordt de groepsbeleving vooral gezien als mogelijkheid om de groei van "normale" persoonlijkheidsstrukturen te bevorderen.

3. Aan zulk een snelle ontwikkeling en vergaande popularisering van een nieuw instrument kleven natuurlijk de nodige gevaren, die op zijn minst ter diskussie gesteld moeten worden. Het is vooral Carl Rogers zelf die daar voor pleit. *)
   Omdat de belevingsgroep "in" werd en daardoor een modieus karakter kreeg is zij als mogelijk zinvol middel buiten het normerings- en kontrole-veld van deskundigen geraakt. Wie maar wil kan zich nu opwerpen als groepsleider, voor wie nog geen algemeen aanvaarde kwaliteitseisen geformuleerd zijn. Daarmee kan een ieder bepalen voor wie en onder welke omstandigheden een groepservaring zinvol is. Eksperimentjes worden dan ook overal gedaan zonder daarvan voldoende de konsekwenties te onderkennen. Er zijn zelfs modieuze kringen waar geen avondje georganiseerd kan worden of er moet met een of andere vorm van groepsbeleving gestoeid worden. Groepsbeleving is daarmee een soort nieuwe religie geworden van de "moderne", "open" en "spontane" mens die zich bevrijd wil voelen van de banden die door hem als konventioneel en daarom hinderlijk ervaren worden.

4. de voor- en nadelen van de groepsbeleving zijn nog niet voldoende bekend. In zo'n geval dient de diskussie zich vooral te richten op de mogelijke nadelige aspekten. Immers zolang deze niet bekend zijn mag geen risiko genomen worden ook al is het aantoonbaar dat het nieuwe middel positieve kanten heeft.
   De diskussie kan zich voorlopig beperken tot de groepsbeleving in zijn meest pretentieuze vorm nl.: daar waar het doel is persoonlijkheden te verbeteren of te bevorderen. Groepsbeleving als minder pretentieus middel, voornamelijk gezien als mogelijkheid om sociale vaardigheden te trainen, roept alleen al vanwege zijn beperkte doelstelling veel minder bedenkingen op.

*) Carl Rogers, "On Encounter Groups", New York 1970.

Maar ook deze zijn nog niet voldoende onderzocht. Gespreks- en kommunikatieiechnieken, interaktievormen en rolbeheersing kunnen in een groepsgebeuren getraind worden indien dat onder deskundige leiding gebeurt. In dat laatste schuilt het gevaar: is de leiding niet bekwaam dan kan de doelstelling van de groep makkelijk ongemerkt veel meer gaan omvatten. Voor een training in zulke sociale vaardigheden is het groepsgebeuren overigens geen noodzakelijk middel. Hetzelfde kan ook gebeuren in een duale relatie of door goed onderbouwde zelfreflektie. Moet je zo nodig aan groepsbeleving doen of deze meemaken dan luidt het advies de doelstelling in ieder geval bescheiden te houden.

5. Gaan de pretenties wel veel verder dan moet een aantal ernstige vragen gesteld worden. Allereerst is het probleem nog niet voldoende gesteld, laat staan opgelost, of het verantwoord is funktionerende persoonlijkheden te desoriënteren met als doel verbetering of verdere ontwikkeling te bewerkstelligen. Hiermee komen we terecht bij de precaire kwestie van de volgroeide persoonlijkheid en op de vraag naar wie mag bepalen of deze verbetering of bevordering behoeft. Het gevaar is aanwezig dat willekeurige lieden, eksponenten van bepaalde maatschappelijke stromingen (zoals we zeiden vaak geheel niet terzake kundig), gaan bepalen dat aan jouw persoonlijkheid iets gedaan moet worden, omdat ze toevallig een ander ideaal-beeld koesteren dan het idee dat jezelf over een "gezonde" persoonlijkheid hebt. De vraag wie mag bepalen wat een volgroeide persoonlijkheid is zal nimmer goed te beantwoorden zijn bij gebrek aan een absoluut kriterium. Waarschijnlijk moet iedere persoonlijkheid die als funktionerend ervaren wordt door de betrokkene zelf en die geen duidelijke moeilijkheden veroorzaakt in zijn omgeving als zinvol en voldoende beschouwd worden. De enige die dat met een zeker recht kan beoordelen is de drager van de persoonlijkheid zelf. Alleen hij kan uitmaken of hij behoefte heeft aan verdere ontwikkeling. Anderen kunnen alleen in enkele gevallen van duidelijke psychtherapeutische aard hun invloed doen gelden, gegeven dat zoiets met integere deskundigheid geschiedt. Al blijft het zelfs ook dan nog problematisch wie mag bepalen wie "ziek " is.

6. Even problematisch is ook de vraag in hoeverre het verant woord is persoonlijkheden te verbeteren of te bevorderen -naar wiens beeld en gelijkenis dan ook- wanneer het in de wetenschap gebeurt dat de betrokkene daarmee alleen komt te staan in een omgeving die niet mee veranderd is (partner, gezin, werksituatie, samenleving) en wanneer daaruit ingrijpende konflikten voort kunnen komen. Zo'n vraag doet zich voor wanneer zonder meer gesteld wordt dat een groep gesloten dient te blijven omdat het ten nadele van de gewenste vertrouwelijke sfeer zou gaan indien incidenteel anderen (partner) zouden worden toegelaten. Deskundigen die zich serieus met de mogelijkheden van de groepsbeleving hebben bezig gehouden onderkennen deze moeilijkheid wel degelijk. Zij prberen in ieder geval echtparen, zo mogelijk gehele gezinnen in de groepsbeleving te betrekken (M.Nevejan, "Gezins- en echtparenbehandeling in Nederland", Deventer 1974). Maar ook dan blijft de principiële vraag nog liggen: wat doet een veranderd gezin in een niet veranderde omgeving en wie mag de verantwoordelijkheid dragen voor de

belangrijke botsingen die daaruit voort kunnen komen.

7. Deskundigen gaan overigens alleen dan tot groepsbeleving met echtparen of gezinnen over nadat met grote omzichtigheid is afgetast of zoiets voor betrokkenen zinvol zou kunnen zijn en nadat eerst is gekonstateerd dat zij zich er in vrijheid achter willen zetten. Immers iedere vorm van dwang is in deze onverantwoord. De recente konfrontatie-theorie, die stelt dat de deelnemer via een voorzichtige maar wel opgelegde ontmoeting zijn eigen mogelijkheden moet leren onderkennen, moet dan ook verworpen worden. Wanneer we dergelijke principes gaan toelaten is het einde werkelijk zoek. Iedereen die toevallig vindt dat er aan jou iets verbeterd kan worden mag dat dan ook nog gaan afdwingen wanneer hem dat uitkomt.
Zelfs regels voor groepsleiders, die inhouden dat kritiek en protest een "normale" fase van het groepsgebeuren vormen, zijn uiteindelijk zeer gevaarlijk. Want zij kunnen makkelijk beschouwd worden als een legitimatie van dwang. De groepsleider ziet het dan als zijn taak de deelnemer tot de volgende fase van aanvaarding en openlijke ekspressie te brengen. In hoeverre daarbij de vrije wil dan toch wordt ingesnoerd zal moeilijk uit te maken zijn.

8. Een ander evenzeer belangrijk en evenzeer onvoldoende gesteld probleem betreft de vraag naar de juistheid om latente gevoelens middels een versneld en onnatuurlijk proces tot scherp gevoelde problemen te aktualiseren. Wie mag daarvoor de verantwoordelijkheid dragen om gevoelens, die wanneer zij normaal waren afgewikkeld wellicht tot een oplossing waren gekomen, onder hoge druk van een groepsbeleving tot een akuut probleem te maken waarvoor dan niet zo gemakkelijk een oplossing voorhande blijkt.

9. In zo'n geval moet zeker, ook nog na het groepsgebeuren, een therapeutische begeleiding geboden kunnen worden. Een zaak waaraan in veel gevallen zelfs niet eens gedacht wordt! In het algemeen geldt dat het een elementaire eis van medemenselijkheid is dat men bij de medemens slechts dan problemen die echt om een oplossing vragen mag oproepen wanneer men hem die oplossing ook kan aanbieden. Kan deze garantie niet gegeven worden dan is het onmenselijk de ander met zulke problemen op te schepen.

10. Een ander gevaar, ook door Rogers zelf gesignaleerd, is dat van de groepstyrannie. Ook al worden er nog zoveel garanties geboden dat de persoonlijke vrijheid gerespekteerd zal worden, groepsdruk is in de groepsbeleving per definitie gegeven. Immers, het is het doel van de groep tot een open spontaniteit te komen. Wie volhoudt dat niet te willen wordt ofwel uitgesloten ofwel uiteindelijk er toch toe gebracht mee te doen. Zeer subtiele en moeilijk bestrijdbare technieken worden daarbij toegepast: "wil je niet meedoen, dan is er zèker iets met jou aan de hand; reden te meer om je masker eens af te werpen". Of opmerkingen zoals: "O, jij bent zeker bang voor emotionele bindingen, het zou zeker voor jòu goed zijn je remmingen te doorbreken".
Dergelijke spontane reakties van deelnemers gaan uit van vooroordelen, nl. dat hun ideaal-beeld beter is en zij tyranniseren het slachtoffer met een immorele druk. Een goede leider zal trachten zulke situaties te voorkomen, meestal echter zal hij zelf ook het slachtoffer zijn van zulke subtiele en moeilijk te voorkomen groepsprocessen (bovendien stellen de meeste leiders

zich op het standpunt dat zij zo min mogelijk moeten ingrijpen). Een groep die in dit soort praktijken verder afglijdt staat in methodiek niet ver meer af van hersenspoeling en indoktrinatie terreur.

11. Rogers wijst ook nog op het gevaar dat besloten ligt in het doel van de belevingsgroep tot grote openheid en vertrouwelijkheid te komen. Onder invloed van emotioneel geladen sfeer van vertrouwelijkheid, onzeker geworden door de verwarrende ervaringen kunnen mannen en vrouwen ertoe overgaan sterke affektionele bindingen aan te gaan, soms gepaard met seksuele relaties. Gevoelens van eenzaamheid in een afgesloten omgeving (week-end) moedigen dat nog verder aan. Het ligt niet in de aard van het groepsgebeuren zulke processen tegen te gaan. Toch kunnen zulke verwikkelingen vergaande gevolgen hebben voor je verdere leven, waarvan duidelijke voorbeelden bekend zijn. Wie meent zich het recht te mogen aanmeten om degene die zich een funktionerend bestaan had verworven van zijn zekerheden te beroven door hem de nieuwe zekerheden van een toevallige maatschappelijke stroming te verschaffen met als gevolg diep menselijke drama's voor de betrokkene en zijn omgeving.

12. Tot slot nog iets over het bekende "veteranen-effekt". Onderzoekers van de belevingsgroep signaleren dat zij die reeds een groepservaring hebben meegemaakt en daardoor de gang van zaken kennen, geneigd zijn om, wanneer zij opnieuw aan een groep meedoen, de nieuweling te bespelen en te manipuleren. Hier doet zich het gevaar van machtswellust en opnieuw van inperking van de persoonlijke vrijheid voor.
Het zal duidelijk zijn dat een middel waaraan nog zoveel gevaren van zo'n gewicht kleven in ieder geval niet in handen mag komen van modieuze liefhebbers. Zelfs een eenvoudig spelletje ("feedback") waarbij je probeert na te gaan of het beeld van je presentatie dat jezelf hebt ook bij anderen zo blijkt over te komen is in handen van ondeskundigen niet zonder gevaar. Want wat doet hij die ontdekt, waarvoor hij al zo vreesde, dat hij inderdaad negatief overkomt? Hij gaat nog onzekerder naar huis dan hij al was terwijl hij alleen geholpen zou zijn geweest met een waarachtige positieve stimulans. Dat zich zoiets zou kunnen voordoen, daaraan wordt niet gedacht, want het gaat toch maar om een simpel spelletje.

ENCOUNTER EN GESTALT ALS VORMEN VAN PSYCHOTHERAPIE

door Dr W.C.M.Smits
(psycholoog te Eindhoven.)

Er is in Nederland een groeiende belangstelling voor Encounter en Gestalt-therapie. Men kan zich afvragen of hier sprake is van een tijdelijke hausse in wat communicatie-technieken of dat het hier gaat om een stroming, die zich werkelijk zal integreren in het kader van de psychotherapie. Wanneer men zich tot Amerika richt, het moederland van de nieuwe benaderingswijze, dan krijgt men de indruk dat hier sprake is van een niet meer te stuiten 'beweging'. Ik spreek inderdaad van 'beweging' omdat zoals ik zal trachten uiteen te zetten, de therapeutische doelstelling slechts een onderdeel vormt van een stroming die voor sommigen een levensfilosofie is.

Dit bemoeilijkt het inzicht in deze materie waarbij nog komt dat men gebruik maakt van een grote verscheidenheid aan namen en begrippen, die niet altijd even helder en duidelijk overkomen, De Koning wijst hier terecht op wanneer hij in zijn artikel "sensitiviteitstraining,encounter en Gestalt-therapie", attendeert op een verwarrende hoeveelheid namen:ontmoetingsgroep;ervaringsgroep;laboratoriummethode van training; niet verbale interaktie en spontaniteits-training; encounter; Gestalt; xoelapepel; sensory-awareness; relatietraining;zelfconfrontatie en relatie; voortgezette persoonlijke groei; sensitiviteitstraining; training in sociale vaardigheid; training in zelfexpressie; organisatie ontwikkeling; T-groep. Hij wijst erop dat steeds de naam slaat op bepaalde doelstellingen en werkwijzen in een groep van ongeveer tien tot vijftien deelneners. Dan rijst de vraag welke van de genoemde vormen beschouwd kunnen worden als werkelijke therapie, wat is het indikatie gebied en welke zijn de bezwaren?

In dit bestek kan onmiddelijk buiten beschouwing worden gelaten de sensitiviteitstraining, die in zich wel therapeutische aspecten bevat, maar die als geheel genomen geen direkt therapeutisch doel heeft. Het direkte therapeutische doel vormt echter op zich weer een probleem. Schutz beschrijft in zijn boek "Allemaal" een aantal gebieden waar de encountermethoden zinvol gebruikt kunnen worden. De meest voor de hand liggende mogelijkheid van toepassing is de psychotherapie. Juist omdat de encountering een werkelijk veranderingsproces in de mens kan teweegbrengen; vooral juist daar waar sprake is van geblokkeerde energie zoals men dit vaak aantreft bij kontakt-stoornissen en vormen van neurosen. Ook binnen het kader van 'het gezonde of wat dat dan ook wezen moge' kan de encountering zinvol gebruikt worden. In het gezonde is er een ruime marge. Er zijn vele normale gezonde mensen die in hun situatie moeilijk funktioneren. De encounter-methode geeft een mogelijkheid tot verdieping en verruiming van het zelf, vooral door het feit dat de methode bij uitstek gericht is op de zelfervaring en niet uitgaat van theoretische modellen. Een in Nederland nog weinig, maar in Amerika steeds belangrijker wordende toepassing is de encountering in het onderwijs. Deze onder de naam van "confluent-education" bekend geworden vorm van encountering houdt grote beloften in. Dit zelfde geldt voor de toepassing op het gebied van het kerkelijk leven. Vele godsdienstige leiders, zo zegt Schutz, zijn zich in de laatste jaren gaan bezighouden met encountergroepen. Velen van heh zien in de groep een middel om de gelovigen datgene te laten ervaren waarover hun leiders alleen maar praten. Het gevoel dat alle mensen broeders zijn is in de encountergroep een 'gewone' ervaring.

ENCOUNTERING

Het is nuttig het begrip encounter wat nader te preciseren. Het Engelse woord encounter heeft zowel de betekenis van ontmoeting als van gevecht. Onder encountering wordt verstaan een vorm van groepsproces waarbij de nadruk ligt op de verbetering van de interpersoonlijke communicatie en de interpersoonlijke betrekkingen via de persoonlijke ervaringen in de groep(Rogers). De ontmoeting komt vaak tot stand na een werkelijk gevecht tegen de eigen remmingen.

ONTWIKKELING VAN DE ENCOUNTERGROEP

Ofschoon direkt na de tweede wereld oorlog er een vrij algemene tendens was om meer aandacht te besteden aan de intermenselijke relaties, mede onder invloed van de fenomenologie, is het Kurt Lewin geweest die beschouwd wordt als de grondlegger van het 'werken' met groepen. Hij ging er van uit dat training in intermenselijke relaties een belangrijke maar verwaarloosde vorm van onderwijs was. De eerste T-groep werd gehouden in Bethel Main na de dood van Lewin. Daaruit ontwikkelde zich een organisatie "National Training Laboratories,N.T.L.", die vooral in de industriële sector grote betekenis verwierf en deze nog heeft. Een andere fase in de ontwikkeling is geweest de opdracht die Rogers kreeg om een trainingscursus samen te stellen voor de begeleiding van oorlogsveteranen, die hun weg in het maatschappelijk leven moeilijk konden terug vinden. Een enkel theoretische cursus had geen zin en zo ontstond aan de universiteit van Chicago een werkgroep die ervaringskennis en theoretische kennis wist samen te brengen in één proces dat voor het individu therapeutische waarde had. De resultaten van deze werkwijze gaven aanleiding tot toepassing in een veel wijder gebied dan oorspronkelijk de bedoeling was. De persoonlijke groei en de therapeutische effekten bleken van meer betekenis te zijn dan de oorspronkelijke bedoelde verbetering van de betrekkingen tussen de groepen onderling. Oorspronkelijk waren de encountergroepen vooral praatgroepen met het direkte doel om de expressie van gedachten te bevorderen, maar vooral ook van de gevoelens van de groepsleden. Geleidelijk aan is ook Rogers weer gebruik gaan maken van non-verbale technieken.
Een andere vorm van encountering heeft zich ontwikkeld vanuit de Gestalttherapie. Schutz spreekt van open-encounter. Hij legt daarbij de nadruk op het feit dat de encounter 'open' is voor allerlei vormen van benadering. Een belangrijk facet is hierbij het bewust maken van het funktionerend lichaam. Het is een oude waarheid dat lichaam en geest een onverbrekelijke eenheid vormen, maar in de praktijk komt het er op neer dat vele specialisten de totaliteit van de mens in onderdelen opsplitsen en opeisen; keel-,neus- en oorartsen,orthopaedisten,neurologen,masseurs-sport-leraren,psychiaters en psychologen in allerlei vorm- en toonaarden.

In de open-encountering is de aanpak via het lichaam en via de zintuigen een belangrijke opening voor de menselijke ontmoeting. Het uitgangspunt is dat de mens slechts dan tot een werkelijke en vrije ontmoeting met de ander kan komen wanneer hij zichzelf werkelijk kent, zich van zichzelf bewust is. Een eenvoudige konfrontatie met eigen lichaam leert hoe de mens gevangen is in zijn krampachtigheid. Men lette slechts even op de gespannen gedragshouding, de verstarde motoriek en het gebrek aan souplesse van de westerse mens.

MOGELIJKHEDEN VOOR OPEN-ENCOUNTER

1. De Body-awareness.-- De body-awareness kan via verschillende technieken plaatsvinden. Behalve concentratieoefeningen als voorstadium voor relaxatie oefeningen kunnen ook specifieke vormen worden ingeschakeld. Er zijn b.v. verschillende vormen van massage die behalve als correktie-massage ook als "ontmoetingsmogelijkheden" kunnen worden gebruikt. Het toepassen van deze massage als ontmoeting is vaak voor Nederlandse begrippen een wat vreemde zaak. Wij zijn niet gewoon om de mens te ontmoeten anders dan via de gebruikelijke rituelen, een hand geven, een kameraadschappelijke klap op de schouder, als we geen 'intieme' relaties met hem of haar hebben. Het lichaam van de ander blijft 'zondig' ook al schijnt het begrip zonde zijn beste tijd te hebben gehad. De ontmoetingsmassage is voor velen die hiermee voor het eerst kennismaken een vreemde doch rijke ervaring. Ook andere massage-technieken zoals Rolfing, polarity therapy en Alexander-technieken dragen door hun specifiek karakter bij om de geblokkeerde energie weer vrij te maken. De methode van Ida Rolf is een soort harde massage waarbij diep in de spieren wordt ingegrepen. Het uitgangspunt is dat het lichaam i.c. de lichaamshouding, de geblokkeerde emoties en affekten opgespaard heeft, en er voor iedere persoon een predominantie is voor bepaalde lichamelijke spanningen. Voor de een betekent dit een gespannen nek of gebogen rug, voor de ander een verkrampte psychomotoriek, een holle stem of spanningen in de borst. Deze psychosomatische aandoeningen kunnen door de Rolfing methode vrij direkt worden bereikt. In de Rolfing-sessies ziet men dan ook dat de door de harde massage veroorzaakte pijnen geblokkeerde emoties weer vrijmaken. Zo maakte een 50-jarige man gedurende de massage een bromachtig geluid. Toen hem gevraagd werd waaraan hij op dat moment dacht zei hij dat hij zich in zijn kinderjaren teruggevoerd voelde. Hij was opgesloten in zijn kamer en reed daar met speelgoedautootjes. Wat hem zeer verbaasde was de helderheid van het herinneringsbeeld in zijn pijnexpressie.
De polarity-therapy en Tai-Che stammen uit de oosterse traditie. De polarity-therapy is ontwikkeld door Randolf Stone en is een massagesysteem gebaseerd op de Chinese acupunctuur. In plaats van naalden worden de vingertoppen gebruikt. Bijzonder opmerkelijk is dat door deze 'zachte' vorm van massage geblokkeerde emoties vrijkomen, soms van een intensief karakter.
Tai-Che is een vorm van beweging, die vooral als doel heeft het in balans brengen van innerlijke met uiterlijke krachten in de mens, het is een vorm van taoistische yoga waarbij de langzame beweging centraal staat. Ook andere vormen van Yoga, i.c. de Hatta Yoga kunnen deel uitmaken van de open encountering.

2. Sense-awareness.--Waarneming, voorstelling, geheugen en fantasie worden in het concept van de menselijke geest gezien als bouwstenen van het intellekt. Het disfunktioneren van die bepaalde onderdelen maakt als symptomatologie deel uit van nosologische eenheden zoals dementtieën, neurosen en psychosen.
Aan het optimaal funktioneren van het waarnemingsgebeuren i.c. het verruimen van de waarnemingswereld is in het rationeel ingestelde patroon van de westerse cultuur in het algemeen weinig aandacht besteed. De waarneming is meestal rationeel ingesteld en in feite versmald. Als wij een bloemstuk als geschenk krijgen aangeboden, zijn we vaak op de eerste plaats getroffen

door de attentie van de gever en secundair door het esthetisch oordeel. Maar weinigen van ons nemen de moeite de bloemen werkelijk waar te nemen, werkelijk te beschpuwen tot in de details. Wat de mogelijkheden zijn binnen het vlak van de waarneming hebben onze druggebruikers wel geleerd. Een van de aantrekkelijkheden van het hasj-gebruik is b.v. dat het luisteren naar muziek een andere dimensie krijgt. Vooral ook in de L.S.D.trip worden de zintuigen op een bijzondere wijze geprikkeld. Kleuren krijgen een diepte-dimensie en een andere intensiteit en dat geldt ook voor de andere zintuigen. De intentionaliteit van de waarneming bevat echter twee duidelijk te onderscheiden modaliteiten. Enerzijds is er een subjektief gericht-zijn-op, waarbij dus het subjekt zich in zijn waarnemen aktief instelt, anderzijds is er een door-het-objekt-gegrepen worden, waarbij het 'gewaarworden' het accent krijgt. In de trip voltrekt zich het waarnemingsgebeuren passief. Zo men hierbij wil spreken van een bewustzijnsverruiming betekent dit een verwijding van één modaliteit van de waarneming. In de sense-awareness krijgen beide aspekten de volle aandacht. Hierbij wordt het waarnemen als 'ervaring' getoetst en geoefend. Wat opgemerkt werd bij de body-awareness,n.l. dat de westerse mens in zijn bewegingspatroon geharnast is, geldt ook voor het gebied van de zintuigen waar zij functioneren als een geconditioneerd waarnemingspatroon. Slechts dat wordt opgemerkt wat direct nuttig is. Hoe verdord en verpieterd ons waarnemingsgebeuren is, wordt duidelijk in de sense-awareness trainingen, waarbij men gedurende de training telken male verrast wordt door de mogelijkheden van onze waarneming. Meditatie neemt hierbij,een bijzondere plaats in. Hieronder wordt dan niet op de eerste plaats verstaan het beschouwen en nadenken over levensvragen, maar een gereedmaken en ontvankelijk maken van het lichaam voor datgene wat buiten het lichaam is. Het gespannen lichaam is vaak een rem, die een goed kontakt met eigen innerlijk in de weg staat. Via houding en ademhaling maakt men de weg vrij, die tot de bezinning op de levensvragen kan leiden.

De body-awareness en de sense-awareness worden vaak gebruikt als aanleiding tot een groepsgebeuren waarvan het karakter specifiek is omdat men op een andere wijze dan meestal gebruikelijk is leert funktioneren. Hiervoor zijn een aantal spelregels opgesteld. Het uitgangspunt is de hier en nu situatie. Terwijl wij met ons eigen denkproces vrij goed bekend zijn, blijken onze gevoelens veel minder vertrouwd. Slechts dan is het mogelijk onze gevoelens te leren kennen als we ze ervaren. Nu is het niet zo belangrijk 'gevoelens' te ervaren, maar belangrijker is de 'remmingen', de 'saboteurs' te leren kennen die het vrije funktioneren belemmeren. Dit vergt een grote mate van eerlijkheid. De mens heeft zich een zekere mate van oneerlijk gedrag aangemeten. Hij kan vriendelijke woorden zeggen zonder dat hij het meent en een aantal rollen spelen. De reakties van het eigen lichaam drukken echter op symbolische wijze vaak eerlijker uit wat in de mens omgaat dan zijn woorden. De symboliek van het gebaar, de ruimtelijke afstand en de algemene symboliek zijn dan ook in de encounter-technieken de meest waardevolle middelen om tot zelfkennis te komen. Rollenspel, psychdrama en fantasietechnieken behoren tot het gebruikelijke arsenaal. Omdat in de encountergroepen de konfrontatie met abstracte algemene opvattingen wordt vermeden en de zelfverantwoordelijkheid op de eerste plaats staat, valt het accent op de eigen identiteit. Juist bij

mensen die moeite hebben met hun eigen identiteit of die hun eigen identiteit dreigen te verliezen is deze vorm van benaderen zeer geschikt. In de encountergroep spelen de onderlinge relaties, het reageren op elkaar en het groepsgebeuren een grote rol. De groep als zodanig participeert in het individuele gebeuren.

GESTALT-THERAPIE

Terwijl in de encounter therapie het groepsgebeuren zich kan toespitsen naar het individu is de Gestalt therapie 'a kind of individual therapy in a group setting' volgens de beschrijving van Perls, die deze vorm van mensbenadering ontwikkelde. Het voorwerk van deze ontwikkeling was verricht door Maslow die in zijn concept van zijn psychologie uitging van de veronderstelling dat de mens in wezen gezond is, maar dat gefrustreerde behoeften tot ziekten leiden, en zeker de ontplooiing van de mens in de weg staan.
Het begrip 'Gestalt' stamt uit de waarnemingspsychologie. De meest pregnante Gestaltwetten zijn 'het geheel is meer dan de som van de delen' en 'waarnemen is een figuur-achtergrond relatie'. Ofschoon de Gestalt-psychologie ook wel aandacht heeft gehad voor de menselijke affekten heeft de bestudering van de waarnemingsproblematiek voornamelijk plaats gehad binnen het kader van de laboratorium situatie of binnen het kader van de theoretische bestudering. 'Voornamelijk', want er zijn wel gebieden waar de Gestaltwetten voor praktische doeleinden werden gebruikt o.m. in de architectuur en in het leger(camouflage-doeleinden). Perls heeft het Gestaltprincipe bruikbaar gemaakt binnen de interpersonale relaties.

In de Gestalt therapie komen mede door de toegepaste technieken gevoelens en emoties vrij. Het geheel nu van die emoties is meer dan de som van deze emoties. In de praktijk komt het er op neer dat de persoon die 'werkt' een plotseling soms flitsend inzicht krijgt in zijn gevoelens. 'Het geheel is voor hem meer dan de som van zijn gevoelens'. De figuur-achtergrond relatie wordt zowel binnen de persoon duidelijk wanneer hij zijn emotioneel reageren tegen zijn eigen achtergrond plaatst, als buiten de persoon in de relatie groep-individu waarbij nu eens de groep en dan weer de persoon als 'achtergrond' funktioneert.
Het uitgangspunt is de 'zelfervaring' en die is alleen mogelijk wanneer men uitgaat van het hier en nu. Het abstract maken van de eigen problematiek, het discussieren en theoretiseren zijn afleidingsmanoeuvres die een werkelijk inzicht belemmeren. Het inzicht zelf komt tot stand door zelfervaring op concreet niveau. Dit gebeurt door de symbolisering in gebaar en woord, die de mens vaak gebruikt om het eigen zelf te camoufleren, in het hier en nu concreet te maken. Deze vorm van benadering leidt vaak tot de ontdekking dat in het eigen funktioneren veel zelfbedrog en zelfbeklag zit. De erkenning hiervan, die men inderdaad gevoelsmatig heeft beleefd, leidt tot een werkelijke bevrijding.
Maar het is niet zo dat de Gestalt therapie alleen bevrijdend werkt, juist de synthese, het herstruktureren en integreren van het losgewoelde patroon is essentieel voor een goede Gestalt therapie.

SAMENVATTENDE VERGELIJKING

De encountering is een groepsgebeuren waarbij de onderlinge relaties van de deelnemers centraal staan. Maar ofschoon de groep als geheel een belangrijke rol speelt, ligt het accent toch op het individuele reactiepatroon. In tegenstelling tot andere vormen van groepspsychotherapie is de encountergroep geen 'praat-groep', maar een 'ervarings-groep'. Steeds opnieuw wordt getracht de deelnemers zelf te laten ervaren wat zich gevoelsmatig in hen afspeelt. In de encountering(en in de Gestalt) zijn er drie 'vieze' woorden: chicken-shit, bull-shit en elefant-shit. Chicken-shit is wat men zou kunnen noemen koffie en theepraat. Bull-shit is het discussieren en elefant-shit is het theoretiseren. Deze drie vormen zijn de gebieden die men, op afspraak van te voren, niet zal betreden. Het is derhalve vooral het rationeel aspekt van het menselijk funktioneren dat naar de achtergrond wordt geschoven zodat het gevoelsmatig funktioneren zich zo vrij mogelijk kan ontplooien. De encountering maakt gebruik van een breed spectrum vam mogelijkheden, waarbij reeds werd gewezen op de body-awareness en de sense-awareness, maar ook technieken ontleend aan de psychodrama methode en de non-verbale technieken worden naar behoefte ingeschakeld.
De Gestalt therapie is meer toegespitst op het individu met dien verstande dat er een wisselwerking blijft tussen groep en individu. De groep evenwel fungeert meer als klankbord. De techniek van de Gestalt therapie bepaalt zich vooral tot de zgn. hot-seat methode. Het gebeuren speelt zich voornamelijk af tussen twee stoelen. Het is een soort rollenspel waarbij de deelnemer nu eens subjekt, dan objekt voor zichzelf is.
Zowel voor de encounter als voor de Gestalt therapie geldt als spelregel: het hier-en-nu, de gevoels-ervaringen en de eigen verantwoordelijkheid voor wat men doet of laat staan centraal.

IETS OVER DE METHODIEK

Encountering en Gestalt therapie zijn groeps-therapiën. Het ideale aantal deelnemers aan zo'n groep is zestien. Men streeft naar een evenwichtige groeps-samenstelling: of alleen mannen, of alleen vrouwen, of een redelijke verdeling tussen mannen of vrouwen. Wat de duur van de sessies betreft kan men een onderscheid maken in kort-durende sessies van ongeveer twee uur, dag- of weekend-sessies en week-sessies van ongeveer 5 dagen. Voor therapeutische doeleinden komen vooral in aanmerking sessies die gegeven worden in series, b.v. zes weken lang iedere week een of twee sessies.
Men kent open en gesloten groepen. In de gesloten groepen wisselen de deelnemers niet. In de open groep kunnen na iedere sessie nieuwe deelnemers worden toegelaten of kunnen deelnemers naar eigen behoefte wegblijven. Eendergelijke open groep is mogelijk, omdat iedere sessie afzonderlijk een eenheid vormt. De gesloten groep kan evenwel meer intensief werken. De groepen worden geleid door een Gestalt therapeut bijgestaan door een co-therapeut. De therapeut neemt aktief deel aan het op gang zetten van het proces en kiest de technieken, die voor dat moment geschikt zijn. De co-therapeut neemt soms bepaalde technieken voor zijn rekening en neemt een deel over van de begeleiding. Het groepsgebeuren is een komplex gebeuren waarin zoveel omgaat dat één persoon dit niet kan overzien. Het is niet juist te zeggen dat encountering en Gestalt therapie absoluut nieuwe benaderingswijzen zijn. Psycho-analytische,

gedragspsychologische en rogeriaanse opvattingen zijn er in verwerkt. Terwijl echter b.v. de psychoanalytische methode veel aandacht besteedt aan het verleden van de persoon en daarin speurt naar causale verbanden, werken de encountering en Gestalt specifiek in het heden. Het verleden wordt hierbij in het heden op een zeer konkrete wijze naar voren gebracht. Wanneer een patient zou zeggen: "ik heb ten opzichte van mijn vader agressieve gevoelens gehad", dan wordt hem gevraagd deze gevoelens in het heden te brengen:"ik heb tegenover mijn vader agressieve gevoelens". Daarna wordt getracht deze gevoelens op een of andere wijze symbolisch om te zetten. Meer nog en duidelijker nog dan in woorden, tekent de ervaring zich af in de lichaamshouding, in de stem en in de fijnere motoriek. De persoon zelf leert daarbij eigen saboteurs kennen, die zijn persoonlijke vrijheid belemmeren. Het gebeuren is dan tevens een leerproces. Het is niet te verwonderen dat dit vaak gepaard gaat met zeer emotionele reakties. Een kartarsis alleen is echter onvoldoende. Het essentiele van de Gestalt is juist om de emoties naar een geintegreerde vorm terug te voeren. Dan komt de werkelijke 'Gestalt' naar voren die ontstaat door voortdurende wisselwerking tussen figuur en achtergrond.

IS DIT EEN WERKELIJKE THERAPIE?

Deze vraag is essentieel én moeilijk voor elke vorm van therapie. De Gestalt therapie is in staat geblokkeerde energie vrij te maken en dit, in tegenstelling tot andere therapien, niet alleen via inzicht of via gevoelens, maar via het gehele menselijke betrokken zijn; lichaam, zintuigen, houding en beweging vormen samen weer een eenheid in het kontakt met de andere mens. De 'therapeutische' waarde ligt dan ook vooral in de vrruiming van het eigen bestaan. Het is dus begrijpelijk dat deze benadering goed werkt bij de krampachtige gespannen mens, bij mensen met kontakt-moeilijkheden, bij mensen die zichzelf steeds hebben ontlopen, die een gebrek hebben aan identiteit en die zichzelf niet als authentiek kunnen ervaren. Maar het opheffen van de remmingen is niet voldoende. Er moet een weg worden gebaand naar een geeigend waardenpatroon. Niet opgelegd door anderen, maar gevonden door de persoon zelf. Dan pas is er sprake van werkelijke winst, van werkelijke therapie.

BEZWAREN

Iedere therapie heeft eigen bezwaren. Zo zal elke nieuwe therapievorm alleen al door onbekendheid een zekere voorzichtige houding oproepen en vooral op grond van het feit dat deze therapie niet een strikt medische therapie is, zullen er veel waarschuwende vingers omhoog gaan. Deze kritiek komt dan vaak van mensen die geen persoonlijke ervaring hebben met deze vorm van therapie. Een werkelijk bedenkelijk punt is echter dat deze therapievorm een toepassingsgebied heeft gekregen voor de 'normale mens' in allerlei vormen van trainingen. Er zijn een aantal onbevoegden en niet deskundigen die menen zonder enig bezwaar technieken te kunnen hanteren, zonder de daarvoor bestaande scholing of opleiding te hebbem ondergaan. Hoe riskant dit is moge blijken uit het feit dat er gevallen bekend zijn van mensen die na zgn. trainingen psychotisch geworden zijn. Ofschoon dit percentage gering is, vormt dit gegeven een slechte propaganda. De geslaagde gevallen van verantwoorde therapien komen nu eenmaal niet in het daglicht.

OPLEIDING

In Nederland zijn er momenteel twee opleidingsmogelijkheden voor Gestalt-therapie:
Er is een Instituut voor Gestalt-therapie, dat in een driejarige training Gestalt trainers opleidt en er is de Nederlandse Vereniging voor Gestalt therapie die in een driejaarlijkse opleiding psychiaters en psychologen en daarmee gelijk staande personen een gedegen opleiding biedt.
Ofschoon dit overzicht slechts zeer summier is, hoop ik toch enig inzicht te hebben gegeven in de mogelijkheden van deze therapievormen, die naar mijn mening een goede aanvulling zijn op de reeds bestaande vormen van psychotherapie.

(dit artikel verscheen eerder in het "Tijdschrift voor de Psychiatrie" 1974(16) nr.3)

LEKKER IJGENWEIS LEVEN.....

is een jubileumuitgave van het NIVON, waarin wegen worden aangegeven om greep te krijgen op het woon- en leefklimaat dichtbij en in huis.
De afdeling vormingswerk vindt dit projekt goed te gebruiken in het kader van de diskussie over de overlevingsproblematiek.

Een aantal leden van het HV heeft ons laten weten dat zij naast de min of meer theoretische diskussie over de rapporten bevolkingsbeperking en beperking produktie en konsumptie grote behoefte heeft aan een doe-aktiviteit in de vorm van kursussen en werkgroepen. De deelgebieden derde wereld, miljeu en ruimtelijke ordening zijn nauw met de overlevingsproblematiek verbonden.
De uitgave van het NIVON past uitstekend in het projekt ruimtelijke ordening.

Hebt U interesse..... bel of schrijf ons (Centraal Bureau)
Wij hebben bovendien een exemplaar van Lekker Ijgenweis Leven naar een aantal sekretariaten van gemeenschappen gestuurd.

Afdeling Vormingswerk HV
Wieberen Koopmans
Jack Tsang.
Oudegracht 152 Utrecht
tel. 030 318145

ENKELE VRIJWILLIGERSWERKPROJEKTEN

Laten we eerst op de vraag trachten in te gaan waarom zoveel initiatieven op dit terrein worden ontplooit. Misschien vanuit een stuk onvrede over de huidige professionele hulpverlening. Klienten voelen zich verwaarloosd en verlaagd tot niet relevante nummers, hebben het gevoel dat er maar iets met hen gedaan wordt zonder op de hoogte te zijn van de inhoud van het gesleutel aan hen, men heeft niet het gevoel betrokken te zijn bij het hulpverleningsproces. Zo wordt er ook geen appèl gedaan op hun verantwoordelijkheid voor hun situatie en het proces wat moet leiden naar een stukje welzijn. Maar deze kritiek is naar ik geloof niet de enige oorzaak van het op gang komen van veel vrijwilligersprojekten. Er zijn altijd groepen in de samenleving geweest die een stukje welzijnszorg in eigen hand hebben genomen. Ik wil in dit kader de aandacht vestigen op b.v. de kerkgenootschappen en het Humanistisch Verbond. Maar de laatste jaren zijn er ook onder niet of nauwelijks georganiseerde groeperingen aktiviteiten op gang gebracht. We hebben de wind mee, want steeds meer zijn we er allen van overtuigd dat de vaardigheden die voor de hulpverlening nodig zijn, geen privileges zijn van de professionele werkers. Gebleken is dat de vrijwilliger die dikwijls uit het zelfde milieu als dat van de klient komt, veel beter de problematiek vanuit het gezichtspunt van de klient kan zien. Zo heeft de klient vaak het gevoel dat de vrijwilliger meer interesse heeft in zijn problematiek wat natuurlijk niet altijd het geval hoeft te zijn. Wel verlaagt het de drempel die de klient over moet om hulp te vragen. En zo heeft hij door middel van de vrijwillige hulpverlening ook een opstapje naar de professionele hulpverlener. Want de vrijwilliger is maar beperkt in zijn mogelijkheden. Met een goede training-organisatie en koordinatie van het vrijwilligerswerk kunnen er in dit kader geen wonderen worden verricht maar wel erg veel hulp geboden worden die kan leiden tot dat stukje welzijn waar we allemaal vreselijk op gesteld zijn.

VELDWERKBERAAD.

Het punt organisatie is reeds gevallen. Misschien omdat het een stokpaardje van me is. Zonder organisatie en kommunikatie kun je deze zaken wel vergeten. Vooral ten behoeve van de kommunikatie willen we een veldberaad opzetten. Aan dit veldwerkberaad kunnen de vrijwilligers deelnemen die aktief zijn op het gebied van de vrijwillige hulpverlening. Want al werkend in het veld komen we problemen tegen die we vaak willen bespreken met "kollega's". Deze problemen kunnen van persoonlijke aard zijn maar ook vrij struktureel. Door middel van feedback van elkaar kunnen we elkaars problemen helpen oplossen en het gezamelijke werk evalueren. Het zal ook stimulerend en motivatie verhogend zijn. Niets is frustrerender om niet uit de voeten te kunnen met problemen die uit het werk voortkomen. Wij denken b.v. eens in de maand en mogelijk op een later tijdstip eens per twee maanden bij elkaar te komen.

TRAINING INDIVIDUELE HULPVERLENING EN GEESTELIJKE VERZORGING.

Al is het vrijwilligerswerk vaak liefdewerk, oud papier, willen we op een verantwoorde wijze iets aan hulpverlening doen, dan zullen we over vaardigheden moeten beschikken. In de training voor individuele geestelijke verzorging en hulpverlening gaat het erom juist deze vaardigheden aan te leren. Zo kunnen we denken aan:

I. Het leren luisteren.
We hebben het misschien allemaal wel eens moeilijk om goed te kunnen luisteren. Niet alleen om iemand uit te kunnen laten spreken maar ook werkelijk kunnen ingaan op datgene wat onze gesprekspartner heeft verteld, is in de praktijk vaak maar al te moeilijk. Door het toepassen van diverse oefeningen worden we er ons van bewust dat het luisteren ons mogelijk moeilijk valt en wat we er aan kunnen doen.

II. Empatie oefeningen.
M.a.w. het leren invoelen en inleven. Hoofdvoorwaarde tot het ervaren van de medemens. Dus sociale gevoeligheid. Willen we op horizontaal nivo met onze gesprekspartner of klient staan dan zullen we ons toch zeker moeten kunnen inleven en verplaatsen, voorzover dat natuurlijk überhaupt mogelijk is, in de gevoelens van een medemens.

III. Kennis van de sociale kaart.
Het opbouwen van een eigen systeem waarin alle goede en gekontroleerde doorverwijsadressen zijn opgenomen. Vaak kunnen we uitgaan van bestaande sociale gidsen die in veel gemeenten voorkomen. Maar in deze gidsen komen vaak adressen voor die niet of nauwelijks funktioneren, terwijl de soms zeer waardevolle partikuliere adressen er niet in vermeld staan. Waar beginnen we en welke kriteria hanteren we bij het samenstellen van zo'n sociale kaart?

IV. Levensbeschouwing.
Natuurlijk een zeer belangrijk element. Hoe kunnen we mensen helpen die op het terrein van de levensbeschouwing moeilijkheden hebben? Want worden we niet allemaal eens overvallen door een gevoel van twijfel. Wat doen we, waar zijn we mee bezig en heeft het allemaal wel zin? En hoe kunnen we onze levensovertuiging in de praktijk brengen?

V. Literatuurstudie.
Het op beperkte schaal doornemen van wat nuttige literatuur, die wat prakties van aard is. Het is vaak erg nuttig enig inzicht te hebben in bepaalde gedragingen, zodat we ze met meer vertrouwen benaderen en het ook weten te hanteren.

VI. Leren leggen van kontakten.
Hoe leggen we kontakt met andere organisaties of groeperingen in de gemeente, die op het zelfde gebied werkzaam zijn? Hoe kunnen we tot overleggen en ervaringsuitwisseling komen? Maar ook hoe we met de andere gemeenschappen en in het bijzonder met die medewerkers, die op het GV gebied werkzaam zijn, kunnen overleggen en samenwerken. Om dit laatste mogelijk en eenvoudiger te maken denken we aan een regionaal veldwerkberaad, waarop we nog terug komen.

De trainingen omvatten 14 avonden welke verdeeld worden over twee blokken van 7 avonden. Tussen de beide blokken zal een periode van een maand liggen waarin niet getraind wordt. Gedurende deze maand zullen de deelnemers zoveel mogelijk prakervaring opdoen om hiermee het tweede blok te starten. Zo zal aan de hand van deze ervaring de praktijk uitgediept kunnen worden. Veelal zal de problematiek herkenbaar voor de deelnemer worden. Het is niet nodig om werkelijk aan vrijwilligerswerk te willen doen, om aan de training te kunnen deelnemen. We kunnen ons voorstellen dat b.v. een personeelsfunktionaris

deel zou willen nemen omdat hij veel in kontakt komt met mensen met veelsoortige problematiek. Maar ook mensen die in hun privé situatie de vaardigheden denken te kunnen gebruiken. En goed kunnen luisteren en goed kunnen invoelen is voor iedereen van erg veel belang.

WORKSHOPS

In de trainingen voor de begeleiders van de praat- en kontaktgroepen en de trainingen voor de individuele hulpverleners zal vaak geen tijd zijn om de specifieke "probleemvelden" uit te diepen. In het kader van een samenwerkingsverband met het taakgericht vormingswerk en het rationeel vormingswerk zullen er een aantal workshops worden georganiseerd met het doel juist de diverse onderwerpen wel uit te kunnen diepen. Zo kunnen we denken aan:

-het ouder worden
-hoe om te gaan met demente bejaarden
-het aanvaarden van de dood
-keuze, wel of geen kinderen
-agressie
-vervreemding
-abortus
-het ongewenste kind
-homofilie en huwelijk

Natuurlijk zijn er nog vele onderwerpen te bedenken. Deze opsomming is slechts bedoeld om een idee te geven. De workshops zullen begeleid worden door ervaren trainers of andere deskundigen op het terrein van het centraal staande onderwerp. Veelal zullen ze plaats vinden in het weekend.

In de maand februari en maart starten de eerste trainingen geestelijke verzorging en vrijwillige hulpverlening in Den Haag, Wassenaar, Voorburg, Amsterdam en Leiden. Meer informatie sturen wij U gaarne toe. Inschrijving is mogelijk tot 25 februari. Wilt U het aanmelden en opvragen van informatie zoveel mogelijk per brief doen? Ik ben alleen 's morgens voor 10 uur telefonies bereikbaar

Jaap Bregman
Aert van Neslaan 507
Oegstgeest
tel: 071-52772

DE VROUW ALS WOONKONSUMENT

Acht informatieve avonden. Bestemd voor vrouwen én mannen die zich willen bezig houden met "wonen". De rol van de vrouw en het woon miljeu in de ruimste zin van het woord zijn de twee uitgangspunten voor deze kursus.
"In Holland staat een huis", maar wie beslist er in en om dat huis? "In dat huis daar woont een Heer",maar wie is er het langst aanwezig in dat huis? "En die heer die kiest een Vrouw", ja, ja, wie kiest wie? "En die vrouw die kiest een Kind", maar mag dat kind ook kiezen bijv. zijn eigen speelruimte?
En wie kiest er in Holland voor miljeuvervuiling?
En wie kiest er voor huizen met gemeenschappelijke voorzieningen?
En wie maakt de wetten die de grenzen van mijn keus bepalen?
Voor deze en vele andere woonvragen staat iedereen die woont en wie woont er niet. Om deze keus bewust te kunnen maken heeft

U informatie nodig. Informatie die U begrijpt, géén vaktaal, en géén moeilijke woorden. Informatie die U met elkaar kunt doorpraten om Uw eigen wonen erin te betrekken. Acht avonden lang kunt U om de veertien dagen hiermee bezig zijn.

Iedereen die wat meer wil weten over wonen kan deze door het Humanistisch Verbond Den Haag en Miljeugroep DenHaag georganiseerde kursus volgen. U betaalt 10 gulden voor de acht avonden, een gratis informatiemap over wonen wordt u de eerste avond verstrekt. Wilt u slechts enkele avonden volgen dan betaalt u twee vijftig per avond. De avonden worden gehouden in het Humanistisch Centrum, Laan Copes van Cattenburch 72, Den Haag, tel.: 070-645595.
Bent u geïnteresseerd, neem dan óók eens iemand uit uw omgeving mee. Uw buurvrouw, iemand van Uw werk of uit de buurt. Over uw "eigen" problemen kunt u dan nog eens napraten in uw "eigen" omgeving.

De acht avonden:
1) dinsdag 21 januari De heer C.M.Hamer, lid d'Ooievaar over "Renovatie" (verbetering, vernieuwing oude woningen en buurten).
2) dinsdag 4 februari De heer H.J.Bos, direkteur plantsoenen dienst Den Haag over: "Het openbaar groen nu en in de toekomst".
3) dinsdag 18 februari Marianne Ohr e.a. Dolle Mina Den Haag, over: "Gemeenschappelijke woonvoorzieningen".
4) dinsdag 4 maart Forum van 4 leden over "waterverontreiniging in en om het huis". Leden: Mw.drs.M.Epema, lid Tweede Kamer PvdA. Dr.H.L.Golterman, direkteur van het Limnologisch Instituut te Nieuwersluis. De Heer C.Vleuten, lid miljeuaktiegroep. Mr.A.Warburg, Rijkswaterstaat.
Op deze avonden zullen door Dr.H.L.Golterman ook enige dia's vertoond worden.
5) dinsdag 18 maart De heer H.Uilenburg, binnenhuis-architekt over "Lekker IJgenweis wonen".
6) dinsdag 1 april Dr.J.van Londen, over "Gezinsaspekten; kinderen en wonen".
7) dinsdag 15 april avond over de juridische aspekten rond "De vrouw als woonkonsument".
8) dinsdag 22 april a) Rollenspel "De vrouw als woonkonsument".
b) Evaluatie van de kursus o.l.v. Jack Tsang (vormingswerk Humanistisch Verbond).

Opgeven kunt u zich bij Pauline Dokter, Humanistisch Centrum, Laan Copes van Cattenburch 72, tel.: 070-645595.
Betaling geschiedt de eerste avond.