

Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie



De Nederlandse Werkgemeenschap voor Individualpsychologie nodigt u van harte uit om deel te nemen aan een op **zaterdag 27 november 2010** te houden workshop. De workshop vindt plaats tussen **10.30 uur en 12.30 uur**.

De bijeenkomst vindt plaats in het **Antonia Instituut te Assen**.

Het thema is:

‘De mens is zowel het beeld als de beeldhouwer’

Alfred Adler

Een workshop over relaties vanuit een individualpsychologisch perspectief

Adler maakte onderscheid tussen drie verschillende levenstaken, die een ieder in de loop van zijn leven op een succesvolle manier probeert te vervullen:

1. Liefde (relatie met partner en eigen ouders en kinderen),
2. Werk (het werk op zich, de omgang met je collega's, je baas en je vrijetijdsbesteding) en
3. Gemeenschap (omgang met burens, vrienden en andere mensen die je in je (dagelijkse) omgeving tegenkomt).

Rudolf Dreikurs (1897-1972), een leerling van Adler, voegde nog twee levensopgaven toe:

4. Zelf (relatie met jezelf) en
5. Kosmos (de omgang met levensvragen als `waarheen?', `waarvoor?', `waarom eigenlijk?').

De mate waarin we geluk of de kwaliteit van ons leven ervaren, wordt bepaald door de mate van succes waarmee we onze levensopgaven vervullen.

Relaties

Relaties zijn er in verschillende soorten. Onze eerste relatie was die met onze moeder. Na de geboorte worden onze relaties bepaald door andere direct betrokken familieleden en vrienden van onze ouders. Later ontwikkelen we zelf relaties met anderen: op school, in bijvoorbeeld sport en vrijetijdsbesteding, in werk en in de liefde. De wijze waarop we met relaties omgaan en hoe we ze beleven, heeft alles te maken met de relatie met onszelf. Adler maakt een onderscheid tussen liefdesrelaties en gemeenschapsrelaties.

De basis van gezonde relaties werd naar zijn inzicht bepaald door de mate waarin beide partners over voldoende 'gemeenschapsgevoel' beschikken, wat synoniem is voor de mate waarin zij zich kunnen wegcijferen ten gunste van de ander. Een huwelijksrelatie was volgens hem geen eindpunt maar een beginpunt van een langdurige fase waarin beide partners met de normale opgaven van het leven worden geconfronteerd, die moeten worden opgelost.

Volgens Adler werd de keuze van de ideale relatiepartner bepaald door de mate van:

- lichamelijke aantrekkingskracht;
- gemakkelijk voelen bij elkaar en veiligheid;
- vertrouwen en vriendschap;
- belangstelling en aandacht voor de ander (mate van gemeenschapsgevoel).



Het is goed ons te realiseren dat wij volgens Adler gedreven worden door onze minderwaardigheidsgevoelens, die ontstaan door onze volledige afhankelijkheid van volwassenen als baby en jong kind. Minderwaardigheidsgevoelens moeten in dit kader positief worden opgevat want ze vormen de voorwaarde voor onze ontwikkeling. Ons doel in ons leven is om ons te ontwikkelen. Dit doen we door positieve ervaringen te herhalen, te vermeerderen en te maximaliseren en negatieve ervaringen te minimaliseren. We zijn er in ons streven op gericht om onze minderwaardigheidsgevoelens om te zetten in gevoelens van meerderwaardigheid die ons het gevoel geven om 'bij te machte' zijn. Ook in onze relaties en in de relatiekeuzes spelen deze minderwaardigheidsgevoelens als drijfveer een belangrijke rol.

De workshop:

Wanneer de mens zowel het beeld is als ook de beeldhouwer, dan impliceert dit dat we in staat zijn om op een heel eigen wijze vorm te geven aan onszelf en aan onze relaties. Dat impliceert ook dat de wijze waarop we over onszelf voelen en denken en hoe we handelen van invloed is op het beeld dat we maken en zijn.

Als Adleriaans geïnspireerd counselor ga ik – Radjani - ervan uit dat het doel van al onze relaties is om onze individualiteit te ontwikkelen en om 'bij machte' te komen. Onze individualiteit ontwikkelen we in relatie met anderen. Wanneer we het gevoel hebben dat onze relaties bijdragen aan onze persoonlijke groei en we ervaren dat onze bijdrage aan de ander wordt ontvangen, dan ervaren we onszelf en onze relaties als gezond en voedend en ervaren we onze 'waarde'.

In deze workshop onderzoeken we op een ervaringsgerichte manier onszelf als beeld en beeldhouwer van onze relaties.

Voor degenen die meer willen lezen over de psychologie van Adler, verwijzen we graag naar de website: www.individualpsychologie.nl

De workshop wordt gegeven door:

Radjani Edel (1956) is opgeleid tot counselor, supervisor en organisatieadviseur en is sinds 1981 werkzaam in haar Praktijk voor Coaching & Counseling. Tevens is ze werkzaam binnen organisaties waar zij zich bezig houdt met Personeelsbeleid en HRM advies. In haar studietijd heeft zij zich vooral laten inspireren door de psychologie van Alfred Adler en Viktor Frankl. Sinds eind jaren 90 verdiept zij zich in de Systemische en Systeemtheoretische psychologie.

Ko Klootwijk (1945) is zijn loopbaan begonnen als wetenschappelijk onderzoeker in de moleculaire biologie en leidde vele jaren een onderzoeksgroep. Na een opleiding in "Rebirthing en Relatiewerk", ging hij samenwerken met zijn partner Radjani Edel. De laatste jaren heeft hij zich vooral verdiept in het begeleiden van mannen en mannenthema's.

Naast de begeleiding en ondersteuning van individuele cliënten begeleiden Radjani en Ko samen stellen met relatieproblemen.

Ter bestrijding van de onkosten wordt van de deelnemers aan deze workshop een kleine bijdrage gevraagd van € 3.

Routebeschrijving:



Antonia Instituut, Borgstee 44, 9403 TV Assen

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

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

Vanaf A 28 Hoogeveen:

afslag 32 Assen Zuid, bij stoplicht rechts, richting NS-station (P&R).
Weg blijven volgen, na 1 km: NS-station; dan:

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

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

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

Vanaf Rolde:

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