

Titel : Het kan anders. Over het onderkennen en oplossen van menselijke problemen

Schrijver : Paul Watzlawick, John H. Weakland; Richard Fisch 1974

Gemaakt door : Nel Bax

Samenvatting:

In het voorwoord schrijft dr. Milton H. Erickson: "Er bestaan veel theorieën en ontelbare boeken over de wijze waarop veranderingen in de mens tot stand kunnen worden gebracht. In dit boek wordt echter eindelijk een poging ondernomen om het wezen van het veranderingsproces zelf te onderzoeken en dat zowel met betrekking tot spontane verandering als met betrekking tot de methoden om veranderingsprocessen welbewust op gang te brengen. Een mens zoekt niet primair klaarheid over een verleden, waaraan niet meer te veranderen valt, maar wil geholpen worden om hij/zij het heden en lijdensweg vindt en de toekomst beter wenst in te richten. Een verandering van de bestaande situatie hoe klein ook is voorwaarde voor verdere verandering"

Het boek begint met een theoretisch perspectief met het oog op de paradoxale verhouding tussen bestendigheid en verandering omdat ze als een *Gestalt* moeten worden gezien. Verandering vormt de natuurlijke loop der dingen. De 'groepentheorie' wordt ingevoerd als verklaringsmodel voor de merkwaardige wisselwerking tussen bestendigheid en verandering. Een verandering binnen een groep, verzameling of systeem wordt een verandering van de eerste orde genoemd. Om een verandering te begrijpen, die het systeem te boven gaat wordt het begrip 'klasse' ingevoerd. Van een klasse is pas sprake als het geen deel uitmaakt van de verzameling, die uit elementen bestaat, doch wel betrekking heeft op die verzameling. Bijvoorbeeld de mensheid is

een verzameling individuen, doch zelf geen individu. Als het gaat om gedragsverandering is pas een verandering van de 2^e orde een verandering ofwel echte transformatie van het systeem. Het systeem kan zo'n verandering niet uit zichzelf bewerkstelligen omdat het gevangen is in op elkaar reagerende elementen. Het vraagt geen gericht zijn op de elementen zelf doch om een herinterpretatie omtrent hetgeen men omtrent de afzonderlijke elementen aanneemt. Juist dit vormt het uitgangspunt voor een spontane of paradoxaal geïnstrueerde gedragsverandering, die van wezenlijke betekenis is.

Een metaverandering, die de oude vorm van zichzelf overstijgt. Ergens wordt gesuggereerd, dat dat wat psychologen over het algemeen als gedragswijziging verstaan, veranderingen van de 1^e orde zijn (dus de afwisseling van het ene gedrag door het andere binnen een specifiek repertoire van gedragspatronen) en dat psychiaters zich met veranderingen van de 2^e orde bezig houden (d.w.z. met veranderingen van de repertoires zelf). 'Normale' moeilijkheden kunnen in de meeste gevallen, door maatregelen van de 1^e orde worden opgelost. Door de foutieve aanpak ontstaat een probleem, dat geen einde meer kent. Voorbeelden van een foutieve aanpak zijn het ontkennen van een probleem, het willen oplossen van een onoplosbaar probleem ofwel een oplossing van de verkeerde orde hanteren, hetgeen tot paradoxen leidt. De zogenaamde 'verschrikkelijke vereenvoudiging' wordt gezien als een van

de manieren om moeilijkheden verkeerd aan te pakken. Bij de verschrikkelijke vereenvoudiging wordt de moeilijkheid categorisch ontkent, waardoor die zich compliceert tot een probleem. Het utopiesyndroom verwijst naar de utopist, die een onmogelijke oplossing voor mogelijk houdt. Ook dit is een voorbeeld van een foutieve aanpak van een probleem. We streven naar het onbereikbare en verhinderen zo de

verwerkelijking van het mogelijke. Voor de theorie van verandering is van doorslaggevende betekenis om onderscheid te maken tussen feiten en datgene wat men omtrent feiten veronderstelt. Met andere woorden het op te lossen probleem schuilt in de overtuiging dat iets zus of zo zou moeten zijn. Zonder de utopische premisse zou de actualiteit van de betrokken levenssituatie wellicht alleszins draaglijk zijn.

SHARING

ONCE A PSYCHODRAMA ENDS, PROTAGONIST, DIRECTOR AND AUXILIARY EGOS LEAVE THE STAGE AND TAKE THEIR SEATS IN A CIRCLE



SHARING REFERS TO THE SHARING OF FEELINGS. WHEN PSYCHODRAMATIC ACTION ENDS, GROUP MEMBERS SIT DOWN IN A CIRCLE TO LET KNOW THE PROTAGONIST WHAT HIS/HER DRAMA HAS ELICITED IN THEM. THEY SPEAK ABOUT (THEIR) FEELINGS AND EVENTS FROM THEIR LIVES. THEY SHARE THEIR EXPERIENCE WITH THE PROTAGONIST AND GROUP.

