

Waarderingstheorie en zelfkonfrontatiemethode: de affectieve structuur van het zelfverhaal

BAMENVATTING

Mensen zijn gemotiveerde verhalenvertellers en brengen belangrijke gebeurtenissen onder in een affectief gestructureerd zelfverhaal. Deze stelling, die ten grondslag ligt aan de waarderingstheorie en zelfkonfrontatiemethode (ZKM), wordt geïllustreerd aan de hand van een 13-jarige leerling bij wie de schuldgevoelens zo hoog opliepen, dat ze zichzelf begon te verwonden. Het eerste deel van het artikel laat zien hoe de ZKM gebruikt kan worden (a) om gedrags- en emotionele problemen te onderzoeken; (b) om de begeleiding vorm te geven; en (c) om deze begeleiding te evalueren. Kenmerkend voor deze benadering is dat de leerling geplaatst wordt in de positie van onderzoeker van zichzelf en een actieve bijdrage levert aan het oplossen van de eigen problemen. In het tweede deel van dit artikel worden enige nieuwe ontwikkelingen beschreven die uit de waarderingstheorie zijn voortgekomen. De belangrijkste ontwikkeling is de 'dialogical self' theorie. Teneinde deze theorie te illustreren wordt een casus beschreven van een 29-jarige man die, nadat zijn vriendin de relatie had verbroken, overging tot stalking-gedrag. Daarbij wordt gedemonstreerd hoe een en dezelfde persoon geheel verschillende verhalen kan vertellen vanuit verschillende ik-posities. Het artikel wordt afgesloten met een plaatsbepaling van de waarderingstheorie in het bredere veld der sociale wetenschappen.

1 Inleiding

"Pap mag niet meer komen; hij heeft het ook verbruid; het is net alsof hij mijn vader niet meer is". Dit is de eerste zin die de 13-jarige Esther uitsprak tijdens een zelfonderzoek, waarin geprobeerd werd haar belangrijkste ervaringen vorm te geven in een geordend zelfverhaal. Op het moment van het onderzoek zat Esther in een havo-vwo brugklas waar ze grote problemen had met haar concentratie en ernstige twijfels had of het allemaal wel zou lukken op school. Haar problemen op school hielden nauw verband met haar situatie thuis. Haar ouders waren enige jaren geleden gescheiden en dit werkte belastend op de relatie tussen moeder en kinderen. De spanningen in het gezin liepen daardoor hoog op. Toen Esther ertoe overging zichzelf te verwonden door met een scherp voorwerp haar polsen te bekrassen, werd contact opgenomen met een psychotherapeut die Esther gedurende 3 maanden begeleidde. In het nu volgende wordt het onderzoek en de begeleiding van Esther gehanteerd als illustratie van de wijze waarop de zelfkonfrontatiemethode (ZKM) gebruikt kan worden om persoonlijke betekenissen onder te brengen in een gestructureerd zelfverhaal. Vervolgens worden enige nieuwe ontwikkelingen besproken die uitlopen op een plaatsbepaling van deze theorie en methode.

2 Het construeren van een persoonlijk betekenisstelsel

Als men als orthopedagoog, psycholoog of begeleider kennis wil nemen van de betekeniswereld van een persoon, impliceert dit dat de subjectiviteit van de persoon uitgangspunt is van het onderzoek. Om de subjectieve ervaringswereld te leren kennen, is het noodzakelijk de expertise van de persoon als 'constructor of meaning' een expliciete plaats in het onderzoek te geven. Deze expertise kan optimaal worden benut in het kader van een samenwerkingsrelatie. In zo'n relatie geven twee deskundigen elk hun specifieke bijdrage, nl. de begeleider die een arsenaal aan theorieën, methoden en ervaringen ter beschikking heeft waarmee hij cliënten kan assisteren in hun onderzoek en de cliënten die de unieke positie hebben dat alleen zij kunnen bepalen wat de subjectieve betekenis is van een gebeurtenis of situatie in hun persoonlijke historie.

Het samen formuleren van waarderingen
Een van de manieren om de cliënt als betekenisdeskundige te erkennen is het stellen van open vragen. Enige voorbeelden van open vragen die betrekking hebben op verleden, heden en toekomst worden gegeven in Tabel 1. Dergelijke vragen zijn open in die zin dat ze de cliënt een grote vrijheid

geven om zelf te bepalen welke gebeurtenissen of omstandigheden van belang zijn. De vragen zijn bovendien typische reflectievragen: ze vragen niet om een snel antwoord, maar nodigen de cliënten uit om even bij zichzelf stil te staan en dan te vertellen wat er speelt in hun leven. Cliënt en begeleider, naast elkaar gezeten, lezen samen de vragen door waarna de cliënt vertelt welke zaken bij haar opkomen. De begeleider helpt de cliënt om formuleringen te kiezen die in overeenstemming zijn bij haar ervaringen en die passen bij haar eigen taalgebruik. Het centrale betekenisaspect dat in het verhaal naar voren komt wordt dan bij voorkeur geformuleerd in de vorm van een zin die op een kaartje wordt geschreven en zo beschikbaar is voor verder onderzoek. Zo'n open vraag kan leiden tot meerdere betekenseenheden die in evenzovele zinnen worden geformuleerd. Soms komt het voor dat een cliënt na het lezen van een vraag even stil is. Stilte is een uitstekende vorm van zelfreflectie, maar als de stilte voortduurt, is het goed om aan de cliënt te vragen welke beelden bij haar opkomen en deze te beschrijven. Vaak denkt de cliënt in beelden of in een reeks van beelden voordat een geordend antwoord mogelijk is (voor een meer gedetailleerde uitwerking van de methodiek zie Hermans & Hermans-Jansen, 1995).

TABEL 1 Enige open vragen van de zelfkonfrontatiemethode

Verleden:

Was er in je verleden iets dat je van grote invloed of van groot belang vindt in je leven en dat nu nog in je huidige situatie een bepaalde rol speelt?

Heden:

Is er in je huidige leven iets dat je van groot belang of van grote invloed acht in je leven?

Toekomst:

Zie je in je toekomst iets dat van groot belang of van grote invloed zal zijn in je leven?

In haar reactie op de open vragen, vertelde Esther onder meer over haar vriendin Lea bij wie ze alles kwijt kon en met wie ze vaak heel veel lol had, over haar plezier in toneelspelen waarin ze heel veel kwijt kon en over haar vader die, ofschoon hij niet meer thuiskwam, haar nog steeds hielp bij haar huiswerk. Ze sprak ook over minder positieve zaken zoals de ruzies met haar zusje, de verschrikkelijke dingen die in Joegoslavië gebeuren en haar angst voor de toekomst. Al deze waarderingen werden op aparte kaartjes geschreven, zodat ze later gemakkelijk vergeleken en geordend konden worden.

In de theorie die aan de zelfkonfrontatiemethode ten grondslag ligt, worden dergelijke in zinnen geordende ervaringen 'waarderingen' genoemd: zaken die de persoon, vertellend over haar eigen leven, belangrijk vindt en waaraan ze positieve of negatieve waarde hecht. Het gaat hier niet om algemene waarden zoals rechtvaardigheid of vrijheid maar om persoonlijke betekenissen die de persoon hecht aan gebeurtenissen en omstandigheden zoals een dierbare herinnering, een indrukwekkende ontmoeting, een onhaalbaar ideaal of intrigerende droom. Vandaar het actieve procesbegrip 'waardering' dat de construerende activiteit van de persoon beter uitdrukt dan het statisch klinkende begrip 'waarde'. Het dynamische karakter van de waardering geeft ook aan dat de persoon, tijdens het vertellen van het verhaal, tot een actieve structurering komt van de onderdelen ervan.

De affectieve component van de waardering

Zonder twijfel spelen gevoelens een centrale rol bij het vertellen van een verhaal (Tomkins, 1978). Als we iets hebben meegemaakt dat ons gevoelsmatig raakt, merken we dat deze gebeurtenis tijdelijk een groot deel van

onze aandacht opslokt, zodat andere zaken op de achtergrond raken. We voelen ook de neiging om over zo'n gebeurtenis te vertellen. Daarmee worden gevoelens tot expressie gebracht en tevens gedeeld met anderen. Het vertellen zelf geeft dan vorm en structuur aan de gebeurtenissen die met deze gevoelens gepaard gaan. Bovendien krijgen de gevoelens de kans om geleidelijk af te vloeien zodat er aandacht vrijkomt voor andere zaken.

In de waarderingstheorie wordt ervan uitgegaan dat elke waardering die werkelijk belangrijk is voor de persoon een affectieve component heeft. Waarderen impliceert een vorm van affectieve betrokkenheid bij de gebeurtenissen die, in positieve of negatieve zin, ervaren worden. Deze stellingname impliceert dat onderzoek naar de gevoelsmatige component van een waardering informatie geeft over de aard van de waardering zelf. Tevens stelt de theorie dat op grond van de affectieve dimensie waarderingen ten opzichte van elkaar geordend worden. Vandaar dat in elk ZKM-onderzoek veel aandacht wordt geschonken aan de affectieve component van de verschillende waarderingen en aan de wijze waarop waarderingen bij een bepaalde persoon geclusterd worden op grond van hun affectieve betekenis.

Op grond van literatuurstudie en onderzoek door de jaren heen (Hermans & Hermans-Jansen, 1995) zijn er vier groepen van gevoelens onderzocht die in de waarderingstheorie centraal staan: zelfbevestigende (Z-)gevoelens, gevoelens die verwijzen naar verbondenheid met iets of iemand anders (A-gevoelens), positieve (P-)gevoelens en negatieve (N-)gevoelens (zie Tabel 2). De achtergrondgedachte is dat in het waarderingseven van elk mens twee grondmotieven spelen die door verschillende auteurs anders benoemd worden. Zo spreekt Angyal (1965)

- Gevoelens die verwijzen naar de ervaring van zelfbevestiging (Z-gevoelens) zoals bijvoorbeeld eigenwaarde, krachtigheid en trots.
- Gevoelens die verwijzen naar de ervaring van contact en eenheid met iets of iemand anders (A-gevoelens) zoals bijvoorbeeld liefde, zorgzaamheid en tederheid.
- Gevoelens van algemeen-positieve aard (P-gevoelens), zoals bijvoorbeeld genieten, geluk en innerlijke rust.
- Gevoelens van algemeen-negatieve aard (N-gevoelens) zoals bijvoorbeeld angst, teleurstelling en machteloosheid.

over 'autonomy' in de zin van 'self-determination' en 'homonomy' in de zin van 'self-surrender'. Hij beschreef de menselijke persoonlijkheid kort en bondig als een 'part-whole', dat wil zeggen als een op zichzelf staand geheel (autonoom) en tegelijkertijd als deel van een groter geheel dat de individuele mens overschrijdt (homonoom). Bakan (1966), wellicht de bekendste auteur op dit punt, maakte een soortgelijk onderscheid tussen 'agency' in de betekenis van 'self-maintenance' en 'self-expansion' enerzijds en 'communion' in de zin van het aangaan van een binding met iets of iemand anders. Ondanks het feit dat verschillende auteurs verschillende benamingen hanteren, is er veel steun, ook empirische steun (Van Geel, 2000), voor het maken van een onderscheid tussen Z- en A-gevoelens.

De wereld wil zich niet zonder meer voegen naar de wensen die opgesloten liggen in onze grondmotieven en daarom spelen obstakels een rol van betekenis. Bevrediging van het Z-motief resulteert in positieve gevoelens, maar als de obstakels zo groot zijn dat dit niet lukt, dringen zich negatieve gevoelens op. Hetzelfde geldt voor het A-motief: vervulling van dit motief komt tot uitdrukking in positieve gevoelens, maar hindernissen maken dat negatieve gevoelens overheersen.

Het kernstuk van de theorie kan op

bondige manier als volgt samengevat worden: als deel van een steeds veranderend verhaal ontwerpt de persoon, afhankelijk van de veranderingen in de situatie, een groot aantal waarderingen die verschillend zijn tussen personen en verschillend zijn binnen een en dezelfde persoon in de loop van de tijd. Op een dieper niveau staan al deze waarderingen onder invloed van een beperkt aantal grondmotieven (Z-motief en A-motief) die algemeen geldend zijn en blijvend aanwezig. Deze grondmotieven komen tot expressie in de affectieve component van de waardering.

In de lijn van deze theoretische uitgangspunten, wordt in de loop van de ZKM-procedure elke waardering in verband gebracht met een reeks van Z-, A-, P- en N-gevoelens, waarbij de cliënt bij elk gevoel aangeeft of dit in mindere of meerdere mate bij deze waardering voorkomt (bv. geen eigenwaarde, weinig liefde, weinig genieten, veel eenzaamheid, etc.). Voor het verbinden van waarderingen en gevoelens zijn computerprogramma's beschikbaar waarbij de cliënt on-line werkt. Bij dit gedeelte van het onderzoek hoeft de begeleider niet aanwezig te zijn ofschoon hij of zij wel bereikbaar dient te zijn. Door het systematisch verbinden van waarderingen en gevoelens ontstaat voor elke waardering een profiel van gevoelens, die uitgangspunt zijn voor een nadere analyse en de basis vormen voor het doorspreken

van de resultaten met de cliënt. Er bestaan verschillende reeksen van gevoelens variërend in soort en aantal gevoelens, zoals 12 gevoelens (Van de Loo, 1992), 16 gevoelens (Coopmans, 1993), 22 gevoelens (Poulic, 1991) en 30 gevoelens (Putman, 1998). De meest gebruikte lijst bestaat uit 24 gevoelens (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Keuze van een specifieke lijst is afhankelijk van de breedte van het affectieve domein dat men wil onderzoeken, de setting waarin het onderzoek plaatsvindt en de persoon van de cliënt.

Bij het doorspreken van de resultaten van het onderzoek met Esther, bleek de volgende waardering van bijzonder belang te zijn voor het begrijpen van haar huidige situatie: "Nu ik Sandra [vriendin] verteld heb hoe 't met mij is, heeft ze het er heel erg moeilijk mee; ik voel me schuldig; had ik het haar maar niet verteld." Deze waardering bleek niet alleen geassocieerd te zijn met veel schuldgevoelens zoals de formulering reeds aangeeft, maar ook met veel gevoelens van schaamte. Tegelijkertijd ging deze waardering ook gepaard met enige gevoelens van liefde en zorgzaamheid. Hieruit kon worden opgemaakt dat Esther zich verbonden voelde met haar vriendin en veel met haar wilde delen, maar dat dit uitliep op schuld en schaamte omdat ze merkte dat haar vriendin dit niet aankon. Zoals uit dit voorbeeld blijkt is het profiel van gevoelens goed in overeenstemming met de tekst van de waardering. Het profiel zegt niet veel meer dan in de tekst van de waardering wordt gezegd. Het komt echter ook voor dat het affectieve profiel een surplus-waarde heeft en iets toevoegt aan de waardering dat niet in de formulering is opgenomen. Daarmee komen we bij de minder bewuste aspecten van de waardering, zoals verder zal blijken.

Het opsporen van een onderliggend thema
De theorie gaat ervan uit dat verschillende waarderingen geordend worden in een 'waarderingssysteem'. Daarbij wordt verondersteld dat gevoelens het waarderingssysteem organiseren. Zo kunnen verschillende waarderingen clusteren omdat ze gepaard gaan met eenzelfde profiel van gevoelens. In dat geval worden waarderingen affectief geordend op een gemeenschappelijke affectieve grondslag. Deze gemeenschappelijke affectieve basis kan vervolgens in de vorm van een *thema* onder woorden worden gebracht. Dit gedeelte van de methode wordt ook wel 'modaliteitsanalyse' genoemd. Deze analyse is behulpzaam bij het bewust maken van de rol die het thema speelt in een bredere reeks van situaties.

Een modaliteitsanalyse houdt in dat een bepaalde voor de persoon relevante waardering als uitgangspunt wordt gekozen voor het opsporen van affectieve gelijkenissen met andere waarderingen. Daaruit resulteert een samenvatting waarin een thema centraal staat. Bij Esther werd de volgende reeds genoemde waardering gekozen als uitgangspunt van de modaliteitsanalyse:

1 "Nu ik Sandra (vriendin) verteld heb hoe 't met mij is, heeft ze het er heel erg moeilijk mee; ik voel me schuldig; had ik het haar maar niet verteld."

Het affectieve profiel van deze waardering werd vergeleken met de profielen van alle andere waarderingen om te zien welke waarderingen de grootste overeenstemming vertoonden. Deze analyse kan uitgevoerd worden met behulp van het computerprogramma dat opdracht krijgt om in de vorm van correlatieberekeningen de sterkte van de overeenkomsten te bepalen. De volgende waarderingen kwamen toen naar voren als meest gelijkend met de waardering die als

uitgangspunt was gekozen:

- 2 Op de basisschool heb ik een harts-vriendin gehad waar ik alles mee bepraatte; aan het eind van groep 8 kregen we ruzie; ik zou willen weten hoe 't met Lia is en 't uit willen praten.”
De twee kaartjes waarop de waarden 1 en 2 uitgeschreven waren, werden naast elkaar op tafel gelegd en aan Esther werd de vraag gesteld om bij zichzelf na te gaan wat ze als gemeenschappelijk ervoer. Ze zei toen: “Bij alle twee heb ik toch een beetje schuldgevoel.” Deze interpretatie van de overeenkomst is een belangrijk moment in de procedure, omdat er nu iets naar voren komt waarvan Esther zich nog niet ten volle bewust is. Ze noemt wel expliciet de aanwezigheid van schuldgevoel bij de formulering van waardering 1, maar niet bij waardering 2. Pas op het moment dat ze de gemeenschappelijke component op zich laat inwerken, beseft ze dat schuldgevoelens niet beperkt zijn tot waardering 1 maar een bredere strekking hebben. Dit bleek ook toen waardering 3 ter sprake kwam:
- 3 “Soms wordt het mama ook te veel en reageert ze zich op ons af.”
De kaartjes met waardering 1 en 3 werden nu naast elkaar gelegd en Esther gaf de volgende interpretatie van de overeenkomst: “Bij beide voel ik me niet zo goed, het wordt me te veel, af en toe voel ik me schuldig.” Zoals uit deze formulering blijkt, past Esther de ervaring van ‘schuldgevoel’ toe op meerdere onderdelen van haar waarderingssysteem waarmee het belang van dit gevoel zichtbaar wordt.

Deze procedure werd verder voortgezet op enige andere waarden volgens de vergelijkingen 1 x 2, 1 x 3, 1 x 4 en 1 x 5. Ten slotte probeerde de

begeleider samen met Esther tot een eindformulering te komen waarin alle voorafgaande interpretaties werden samengevat. Esther, die daarbij de eindredactie had, formuleerde deze samenvatting als volgt: “Ik voel me er niet goed bij, het wordt me te veel en ik voel me schuldig. Ik prop het schuldgevoel weg en doe mezelf er pijn mee.” Bij het bespreken van deze samenvatting werd het voor Esther duidelijk wat de betekenis was van de verwondingen die ze zichzelf had aangebracht. Deze konden begrepen worden als een vorm van zelfbestrafing die het gevolg was van onderdrukte schuldgevoelens. Deze gevoelens ervoer ze, deels op onbewust niveau, bij nagenoeg alles wat fout ging in haar omgeving. Als iets niet lukte of iemand had verdriet, was Esther degene die als schuldige of op zijn minst als medeschuldige gestraft moest worden. Dit moment, waarop Esther en haar begeleider de ‘vertakking’ van het thema ‘schuld’ konden aanwijzen was niet alleen onthullend maar ook verhelderend. Het maakte veel van haar gedrag en gevoel begrijpelijk. Ze kon er nu gemakkelijker over praten en ze kwam langzamerhand tot het besef dat niet alles *haar* schuld was.

Samenvattend: de ZKM heeft een kwalitatief deel, het formuleren van een reeks van waarden omtrent verleden, heden en toekomst, en een kwantitatief deel, het vergelijken van affectieve profielen die verbonden zijn met deze waarden. Een modaliteitsanalyse houdt in dat een bepaalde waardering wordt geselecteerd als uitgangspunt voor vergelijking met de affectieve profielen van andere waarden. Daaruit komt een thema naar voren dat affectief verankerd is en ten grondslag ligt aan een groter geheel van waarden. De zelfkennis van de persoon wordt bevorderd door inzicht in de aard van het thema en de situaties waarin dit wel

en niet tot uitdrukking komt. Tevens is het thema uitgangspunt van een veranderingsproces, zoals aan de hand van de casus van Esther geïllustreerd zal worden.

Invalidatie van het thema ‘schuld’

De modaliteitsanalyse en het daaruit voortvloeiende thema vormt het eind van de *onderzoeksfase* van de ZKM waarin de inhoud en organisatie van het waarderingssysteem worden onderzocht. Tevens is de modaliteitsanalyse uitgangspunt voor een *veranderingsfase* die, in termen van Kelly (1955), betiteld wordt als ‘validatie/invalidatieproces’. Dit proces krijgt niet alleen richting maar ook een krachtige motivationele impuls vanuit het grondig samen bespreken van de draagwijdte van het thema. Op deze wijze functioneert de ZKM als een methode die een geleidelijke overgang beoogt van ‘assessment’ naar verandering ofwel van waardering naar herwaardering.

Validatie houdt in het waarmaken van een thema, terwijl het invalideren betekent het ‘onwaar maken’, ofwel het wijzigen ervan. Validatie wordt meestal nagestreefd bij een versterking van een positief ervaren thema, terwijl invalidatie gerealiseerd wordt bij een omhuiging van een negatief ervaren thema dat het ontwikkelingsproces blokkeert of afremt. In de waarde-ringstheorie wordt het validatie/invalidatieproces nader vormgegeven door middel van de zogenaamde ACA-cyclus. Daarbij staat de eerste A voor ‘Aandacht geven’, de C voor ‘Creëren’ en de tweede A voor ‘verAnkeren’.

Het idee achter deze cyclus is dat het veranderingsproces dient te beginnen met het geven van *aandacht* aan het thema en aan de verschillende situaties waarin dit thema tot uitdrukking komt. De cliënt leert gevoelig te worden voor haar eigen ervaringen en leert onderscheid te maken tussen situaties waarin het thema wel en situ-

aties waarin het thema niet aan de orde is. Het is de bedoeling in deze fase om waar te nemen waar, wanneer en hoe het thema zich manifesteert in concrete situaties die zich voordoen in het dagelijks leven van de cliënt. Deze waarnemingen, eventueel genoteerd op een formulier of in een dagboekje, worden besproken in de zittingen die volgen op de onderzoeksfase van de ZKM. Zo leerde Esther om onderscheid te maken tussen situaties waarin ze zich ‘terecht’ schuldig voelde en situaties waarin dit ‘onterecht’ het geval was. In een van de zittingen merkte ze op: “Ik ben aan het kijken of die schuld niet aan beide kanten zit. Als ik chagrijnig ben, ligt het aan mij, maar toen mama een keer chagrijnig was, lag het niet aan mij.”

In de daaropvolgende fase, waarin het *creëren* centraal staat, leert de cliënt om creatief om te gaan met de observaties die gemaakt zijn in de eerste fase van het invalidatieproces. Zij gaat experimenteren met nieuw gedrag dat erop gericht is het thema te veranderen of tot verdere ontwikkeling te brengen. Voortbouwend op de leermomenten in de eerste fase (aandacht), gaat de cliënt ertoe over om nieuw gedrag uit te proberen dat, als het al niet spontaan optreedt, voorbereid wordt in een gesprek met de begeleider. Een van de technieken die ter beschikking staat is de zogenaamde validatieladder. De begeleider nodigt de cliënt uit om enige situaties te beschrijven waarin het betreffende thema zich voordoet om vervolgens deze situaties te ordenen naar moeilijkheidsgraad. De cliënt gaat vervolgens experimenteren in situaties die een lage moeilijkheidsgraad hebben om zo de kans op succes te vergroten en gaat pas later (vaak spontaan) problemen aanpakken met een hogere moeilijkheidsgraad. Ook Esther nam enige nieuwe initiatieven in deze fase. Zo vroeg ze aan haar moeder om een keer een familie-fotoboek door te

nemen. In het gesprek dat ze naar aanleiding hiervan met haar moeder voerde, kwam ze tot de ontdekking dat vader en moeder al langer langs elkaar heen leefden en dat vader weinig tijd had genomen om zich met de opvoeding van de kinderen te bemoeien: "Ik zie nu dat ik daar geen schuld aan heb." Ook nam Esther het initiatief om haar ervaringen te gaan opschrijven in een dagboekje, hetgeen haar hielp om emotionele gebeurtenissen 'van zich af te schrijven' en om daarin de nodige ordening aan te brengen. Tevens bevatte het de nodige ervaringen die met de begeleider konden worden doorgesproken.

De bedoeling van de *verankering* is om te oefenen met het nieuwe gedrag in een variatie van situaties, inclusief situaties waarin het nieuwe gedrag nog niet eerder was toegepast. Door steeds te oefenen in telkens andere situaties, wordt de kans vergroot dat het gedrag ingeslepen raakt en de kans op terugval (die altijd aanwezig is) wordt verminderd. Esther deed dit door niet alleen met haar moeder te praten over haar ervaringen maar ook met haar vader. (Voor een meer gedetailleerde bespreking van het validatie/invalidatie-proces, zie Hermans en Hermans-Jansen, 1995.)

Samenvattend, de ACA-cyclus is een (in)validatiecyclus die op zijn beurt deel is van de meer omvattende OVO-cyclus. Deze bredere cyclus bestaat uit drie fasen: het eerste onderzoek (O) van het waarderings-systeem waaruit het thema voorkomt; de validatie/invalidatiefase (V) waarin het veranderingsproces centraal staat en een tweede onderzoek (O) waarin geëvalueerd wordt wat er in de afgelopen periode bereikt is. Op dit tweede onderzoek wordt in het nu volgende ingegaan.

Het tweede onderzoek als evaluatie

De ZKM is een dynamische methode die een cyclus vormt van reflectie

in het eerste onderzoek, actie tijdens het validatie/invalidatieproces en hernieuwde reflectie in een tweede onderzoek. Dit laatste onderzoek is tevens bedoeld als evaluatie van het veranderingsproces. Er bestaan verschillende manieren waarop dit onderzoek vorm kan krijgen. De meest uitvoerige variant is dat de waarderings, die tijdens het eerste onderzoek geformuleerd zijn, opnieuw aan de cliënt worden voorgelegd met de vraag of ze nog steeds gelden. Er zijn dan verschillende mogelijkheden:

- a de oorspronkelijke waardering wordt *gehandhaafd* omdat deze nog steeds geldig is;
- b de oorspronkelijke formulering wordt *bijgesteld* zodat deze beter de huidige ervaringen van de cliënt weergeeft;
- c de waardering wordt *verwijderd* als zijnde niet langer geldig;
- d de waardering wordt *vervangen* door een meer actuele formulering; of
- e er wordt een geheel nieuwe waardering *toegevoegd*. Deze variant biedt de mogelijkheid om op genuanceerde wijze na te gaan welke onderdelen van het waarderingsstelsel veranderd zijn en welke onderdelen stabiel gebleven zijn.

Een tweede, meer eenvoudige variant is om bij het tweede onderzoek aan de cliënt te vragen om in de vorm van één of meer waarderingsaan te geven wat zij naar aanleiding van het thema geleerd heeft. Eventueel kunnen daaraan enkele waarderingsaan worden toegevoegd die wijzen op problemen of obstakels die daarbij ervaren zijn. Deze variant is toegepast bij Esther. Zij maakte samen met de begeleider de volgende formulering: "Als ik dat schuldgevoel weer heb, denk ik er even over na; als ik dan niks meer heb gezegd, dan is het schuldgevoel weg." Esther lichtte deze

formulering toe met enige voorbeelden. Ze vertelde over een vriend die het moeilijk had met zijn ouders. Ze betrof dit aanvankelijk op zichzelf en dacht dan dat *zij* het had gedaan. Als ze er dan over praatte en merkte dat het niet aan haar lag, was ze het schuldgevoel kwijt. Verder vertelde ze over haar moeder die soms erg moe was. Haar eerste reactie was dan: "Wat heb ik nou weer fout gedaan?" Door dit bij haar moeder ter sprake te brengen, werd het voor Esther duidelijk dat dit niets met haar te maken had.

Evenals bij het eerste onderzoek worden ook bij het tweede onderzoek de geformuleerde waarderingsaan met gevoelens in verband gebracht. Bij Esther blijkt dat de bovengenoemde waardering geassocieerd wordt met veel positieve gevoelens en geen negatieve gevoelens. Tevens komen er veel gevoelens voor van zelfbevestiging en van contact en eenheid met anderen. De zelfbevestigende gevoelens wijzen erop dat Esther haar aanvankelijk overgeneraliserende schuldgevoelens nu goed in de hand heeft, terwijl de gevoelens van verbondenheid erop wijzen dat ze daarbij een goed contact ervaart met anderen.

Dit wordt nog eens bevestigd als haar gevraagd wordt om aan te geven hoe ze zich de laatste tijd in het algemeen voelt. Het affectieve profiel dat ze als antwoord op deze vraag geeft is nagenoeg identiek met het profiel dat samengaat met de waardering: "Als ik dat schuldgevoel weer heb, denk ik er even over na..." Dit wijst erop dat de Z-, A- en P-gevoelens die met deze waardering gepaard gaan een generaliserende invloed hebben op haar welbevinden. Dezelfde vraag werd destijds ook bij het eerste onderzoek gesteld. Het feit dat de vraag toen vooral negatieve gevoelens oproep is een aanwijzing dat sindsdien haar welbevinden aanzienlijk vooruit is gegaan.

Kortom, Esthers onderzoek illustreert de drie functies van de ZKM: de diagnostische functie (eerste onderzoek), de procesbevorderende functie (validatie/invalidatieproces) en de evaluerende functie (tweede onderzoek). Tezamen weerspiegelen deze drie functies de dynamische aard van het proces van waarden en herwaarden.

3 De waarderingscirkel: algemeen-menselijke ervaringen

In de loop der jaren is de ZKM toegepast bij mensen die variëren qua leeftijd, sekse en opleidingsniveau. Tevens is de methode toegepast in andere landen en culturen (bv. Dimaggio, Salvatore e.a., 2003; Neimeyer, Hagans e.a., 1998; Oles, 1991). In een ZKM onderzoek bij Indiase vrouwen, vond Van Maanen (1996) dat de waarderingsaan van deze vrouwen vooral voortkwamen uit het A-motief terwijl het Z-motief onderbelicht bleef. Dit wijst erop dat er culturele verschillen bestaan waarmee het waarderingsonderzoek rekening moet houden.

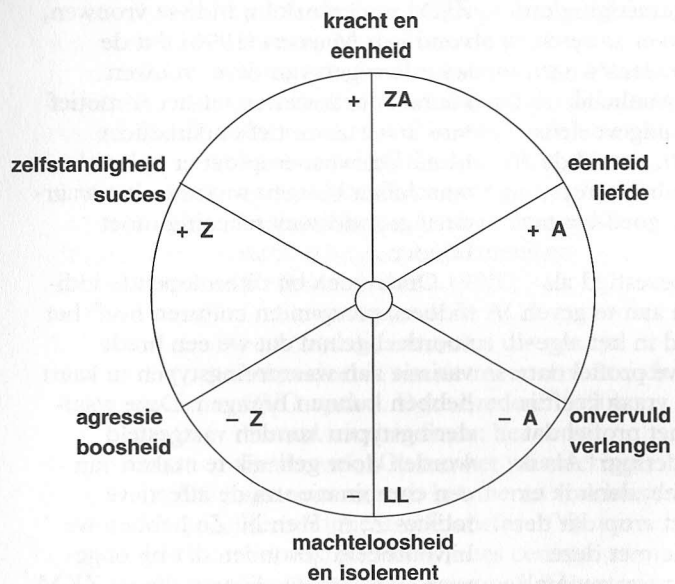
Onderzoek bij uiteenlopende individuen, groepen en culturen heeft het voordeel gehad dat we een brede variatie aan waarderingsaan in kaart hebben kunnen brengen. Deze waarderingsaan konden vastgesteld worden door gebruik te maken van een combinatie van de affectieve indices Z, A, P en N. Zo hebben we bijvoorbeeld gevonden dat bij ongeveer 30% van de cliënten die de ZKM op zichzelf toepasten een waarderingsaan bestaat dat we beschreven hebben in termen van *Fugit Amor*, letterlijk 'de liefde vlucht'. Het gaat hierbij om waarderingsaan die het verlangen uitdrukken naar een geliefde ander die onbereikbaar is (bv. 'Ik heb er moeite mee dat ik Jan in zijn verdriet niet

meer kan bereiken'; of: 'Nu mijn moeder overleden is, kan ik de geboorte van mijn kind niet meer met haar delen'. Dergelijke waarderingen gaan typisch samen met een hoge A (veel liefde), lage Z (weinig trots), lage P (weinig genieten) en hoge N (veel eenzaamheid). Het komt ook voor dat een waardering in de tekst verwijst naar zelfbevestiging (bv. 'Ik zet mij af tegen mijn man, omdat hij het met een ander houdt'), terwijl de affectieve component wijst op een *Fugit Amor* ervaring. In zo'n geval kan gesproken worden over een discrepantie tussen tekst en affect. Terwijl op bewust niveau de cliënt zich afzet tegen haar man (accent op zelfbevestiging), ervaart ze op minder bewust niveau de onbereikbaarheid van de ander (accent op verbondenheid). Als dergelijke discrepanties bij meerdere waar-

deringen voorkomen, verdient het aanbeveling dit met de cliënt door te spreken.

De ervaring van de onbereikbare ander is slechts een van de waarderingstypen die in het onderzoek met de ZKM frequent voorkomen. In Figuur 1 wordt een overzicht gegeven van de belangrijkste waarderingstypen. In een psychometrisch onderzoek bij meer dan 100 cliënten heeft Van Geel (2000) aangetoond dat de meerderheid van de waarderingen ondergebracht kunnen worden in de zes typen zoals weergegeven in de waarderingcirkel van Figuur 1.

Bij het begeleiden van mensen die een zelfonderzoek hebben gedaan, kan men volgen welke bewegingen ze maken op de cirkel. In een fase van veel onopgeloste problemen, komen er relatief veel waarderingen van het type 'machteloosheid en isolement' in het systeem voor. In het geval van een succesvolle begeleiding, wordt dan bij een evaluatieonderzoek vooral een toename gevonden van waarderingen van het type 'zelfstandigheid en succes'. Dit wijst erop dat in de loop van een effectieve begeleiding, de persoon zich meestal beweegt vanaf de onderkant van de cirkel naar linksboven. De beweging van 'machteloosheid/isolement' naar 'zelfstandigheid en succes' gaat soms via 'agressie en boosheid', maar het komt ook voor dat deze tussenfase wordt overgeslagen. Het belang van de ervaring van 'zelfstandigheid en succes' tijdens counseling of psychotherapie is nog eens bevestigd door Van Geel (2000) die een groep cliënten vergeleek met een groep studenten. Hij vond dat het verschil tussen deze groepen vooral lag in het vaker voorkomen van waarderingen die verwijzen naar 'zelfstandigheid en succes' bij studenten. Men zou kunnen concluderen dat cliënten tijdelijk een tekort hebben aan dit waarderingstype. Het verwerven ervan gedurende de begeleiding helpt hen



FIGUUR 1 Zes waarderingstypen

- + Z = hoge Z, lage A, hoge P en lage N
- Z = hoge Z, lage A, lage P en hoge N
- + A = lage Z, hoge A, hoge P en lage N
- A = lage Z, hoge A, lage P en hoge N
- + ZA = hoge Z, hoge A, hoge P en lage N
- LL = lage Z, lage A, lage P en hoge N

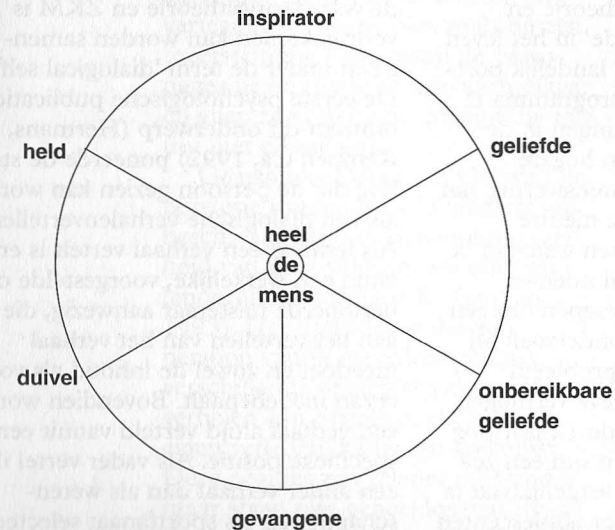
om op eigen kracht hun leven weer op te pakken.

Bij deze 'therapeutische beweging' moet opgemerkt worden dat dit niet betekent dat de rechterkant van de cirkel (verbondenheid met anderen) van weinig belang is. De ZKM is een relationele methode die gebaseerd is op een intensieve samenwerking tussen begeleider en cliënt. Het zelfonderzoek en de daarmee gepaard gaande ontdekkingstocht is een vorm van teamwerk waarin beide partijen niet alleen hun specifieke deskundigheden bij elkaar brengen, maar ook blijf geven van hun betrokkenheid op het gezamenlijke project. Dit betekent dat zowel bij de cliënt als bij de begeleider het A-motief wordt aangesproken. Vanuit de ondersteuning van de kant van de begeleider en de veiligheid die deze biedt, begint de cliënt zijn beweging naar de hogere regionen van de cirkel, meestal via de Z-kant, maar soms ook via de A-kant.

De waarderingstheorie en ZKM worden in de internationale literatuur geplaatst binnen de zogenaamde narratieve psychologie (McAdams, 2001). Meer in het bijzonder is de

waarderingstheorie gebaseerd op de metafoor van 'de persoon als gemotiveerde verhalenverteller' (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). De persoon die een verhaal vertelt over haar verleden, heden en toekomst doet dit niet als een kroniekschrijver die objectief en onaangedaan de feiten van haar leven opsomt. Integendeel, de persoon komt in deze metafoor naar voren als een gepassioneerde verhalenverteller die een verhaal of een complex van verhalen vertelt die affectief gekleurd zijn en de werkzaamheid van dieper liggende motieven verraden. Bij het vertellen van zo'n verhaal is de verteller tegelijkertijd onderhevig aan emoties, waarbij zij tegelijkertijd probeert om deze een plaats te geven in een narratief geordend kader. Door te vertellen krijgen emoties een plek en worden ze deel van een zinvol gesprek met een belangrijke ander.

De narratieve grondslag van de waarderingcirkel kan nader gearticuleerd worden door deze te plaatsen in het bredere kader van de wereldliteratuur (zie Figuur 2). Elk waarderingstype representeert dan een archetypische figuur die steeds weer opduikt in uiteenlopende mythen, sprookjes, sagen, legenden, romans, films, musicals en opera's. Bij wijze van illustratie hebben we de cirkel toegepast op de Griekse mythologie (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Daarbij werd de figuur van Odysseus gekozen als representant van 'zelfstandigheid en succes', de woedende wolkengodinnen (Furiën) als voorbeeld van 'agressie en boosheid', de muzen als figurerend voor 'eenheid en liefde', Orpheus die z'n geliefde Euridice in de onderwereld zag wegzakken als een prototype van de ervaring van 'onbereikbare liefde', de gekwelde Tantalus als representant van 'machteloosheid en isolement' en de machtige, vruchtbaarheid schenkende godin Aphrodite als toonbeeld van 'kracht en eenheid'. Op soortgelijke wijze kunnen andere



FIGUUR 2 Oertypen in de literatuur

vormen van literatuur of kunst aan de hand van de cirkel onderzocht worden. Dergelijke exploraties geven steun aan het idee dat de waarderingsringen afgebeeld op de cirkel deel uitmaken van algemeen voorkomende en diepgewortelde menselijke ervaringen.

4 Enige nieuwe ontwikkelingen ronde de ZKM

De eerste publicatie over de waarderingstheorie en ZKM dateert uit 1974 en geleidelijk aan komen er nieuwe ontwikkelingen naar voren. Deze theorie en methode is geen hype, maar heeft wel een lange adem. Het heeft een tijd geduurd voordat de theorie en methode enige vaste grond onder de voeten kregen en hun toepassingen vonden op het gebied van arbeid (bv. Hoekstra & Smeets, 1992; Luken, 1995; Van de Loo, 1992; Van Loon, Poulie e.a., 1995), onderwijs (bv. Brugman, 1988; Hermans, Fiddelaers e.a., 1987; Poulie, 1991; Van der Plas, 1981), opvoeding (Bakker, 1994) en gezondheid (Hermans & Hermans-Jansen, 1995). Pas na 1992, toen de stichting 'Waarderingsstheorie en Zelfkonfrontatiemethode' in het leven werd geroepen om een landelijk post-academisch opleidingsprogramma te starten, namen toepassingen in de begeleidingspraktijk een hogere vlucht. Mede aan de intensivering van het onderwijs zijn enige nieuwe ontwikkelingen te danken waarvan ik hier de belangrijkste wil noemen.

Reeds lang werd geroepen om een vorm van waarderingsonderzoek bij jongere kinderen. Een probleem hierbij is dat het reflexieve vermogen van kinderen beneden de 12 jaar nog niet ver genoeg gerijpt is om een zelf-onderzoek te doen dat vergelijkbaar is met de ZKM-versie voor adolescenten en volwassenen. Pas recent is er een versie voor deze leeftijdsgroep (6-12-

jarigen) ontwikkeld waarin rekening wordt gehouden met het specifieke ontwikkelingsniveau van deze kinderen. Daarbij is een onderscheid gemaakt tussen de resultaten van wetenschappelijk onderzoek (zie de bijdrage van Gulikers in dit nummer) en de resultaten van professionele toepassing (zie de bijdrage van Louwe in dit nummer).

Vaak is ook de vraag gesteld naar de waarderings van personen die tezamen een groep of, in organisatieverband, een team vormen. Immers, veel waarderings die totstandkomen in de interactie met anderen worden met die anderen gedeeld en samen met hen gevalideerd. De ontwikkeling van een groepsvariant van de ZKM wordt echter geconfronteerd met het gegeven dat een groepswaardering meer is dan de optelsom van de individuele waarderings van de leden van een groep of organisatie. Een specifieke methodiek voor het werken met teams wordt in dit nummer besproken door Zomer.

De 'dialogical self': de metafoor van het meerstemmige koor

De meest brede ontwikkeling die uit de waarderingstheorie en ZKM is voortgekomen kan worden samengevat onder de term 'dialogical self'. De eerste psychologische publicatie omtrent dit onderwerp (Hermans, Kempen e.a., 1992) poneerde de stelling dat de persoon gezien kan worden als een dialogische verhalenverteller. Als iemand een verhaal vertelt is er altijd een werkelijke, voorgestelde of herinnerde luisteraar aanwezig, die aan het vertellen van het verhaal meedoet en zowel de inhoud als vorm ervan medebepaalt. Bovendien wordt een verhaal altijd verteld vanuit een specifieke positie. Als vader vertel ik een ander verhaal dan als wetenschapper en als sportfanaat selecteer ik andere gebeurtenissen dan als spiritueel georiënteerde zoeker. Het is zelfs

mogelijk dat ik naar de wereld en naar mezelf kijk vanuit de positie van iemand met wie ik me verwant voel. Ik vertel dan een verhaal vanuit de positie van een ander.

Het idee van een meerstemmig, dialogisch zelf is sterk geïnspireerd door de metafoor van de 'polyfone roman' zoals voorgesteld door de Russische literatuurwetenschapper Bakhtin (1929/1973). Hij presenteerde deze metafoor na grondige bestudering van het oeuvre van Dostoyevsky die hij zag als een van de meest briljante vernieuwers uit de geschiedenis van de romanliteratuur. In Dostoyevsky's boeken, zo concludeerde Bakhtin, is er niet één auteur die vanuit een superpositie de personages van zijn boeken beschrijft, maar meerdere auteur-verhalenvertellers die samenvallen met de personages erin. Deze personages zijn geen 'slaven' die gehoorzamen aan de bedoelingen van een alwetende auteur, maar vallen met hem samen of gaan met de auteur in discussie en kunnen zelfs met hem van mening verschillen. Het is alsof de auteur (Dostoyevsky) zijn boeken binnengaat en het masker opzet van meerdere personages die evenzovele aspecten van de auteur Dostoyevsky vertegenwoordigen. Net zoals bij een meerstemmig koor, staan de personages naast elkaar of tegenover elkaar en gaan ze onderlinge dialogische relaties met elkaar aan.

Geïnspireerd door het idee van de polyfone roman, is de 'dialogical self' beschreven als een 'dynamische veelheid van ik-posities in een imaginair landschap' (Hermans & Kempen, 1993). Het basisidee is dat één persoon vanuit meerdere posities verschillende of zelfs tegengestelde verhalen kan vertellen, elk met een eigen verleden, heden en toekomst. Deze posities zijn relatief zelfstandig maar staan niet geheel los van elkaar. Ze kunnen dialogische relaties met elkaar aangaan, zoals dat gebeurt in

een vraag- en antwoordspel en in het geval van eens zijn of oneens zijn. De posities zijn gelokaliseerd in de externe ruimte van de wereld of de interne ruimte van het zelf. Elke positie veronderstelt de aanwezigheid van een of meerdere andere posities waarmee een relatie wordt aangegaan. Teneinde deze theorievorming te illustreren met behulp van de ZKM volgt hier een praktijkvoorbeeld. Voor een uitvoerige discussie van de 'dialogical self' theorie en een methode om het Persoonlijk Positie-Repertoire (PPR) te bepalen wordt verwezen naar Hermans (2001a, b).

Een 29-jarige man, Leo, meldde zich voor psychotherapie in een periode dat hij een slechte beoordeling kreeg op zijn werk (te weinig empathie) en bovendien zijn vriendin de relatie met hem had beëindigd. Vooral dit laatste kon hij niet verkroppen en het gevolg was dat hij, bijna dwangmatig, haar ging stalken, onder meer via een terreur van telefoontjes. In het gesprek dat de psychotherapeut met Leo voerde werd duidelijk dat zijn stalkinggedrag te maken had met twee ik-posities die in de relatie met zijn vriendin werden opgeroepen, nl. 'ik als wreker' en 'ik als dromer'. Teneinde de achtergrond van zijn stalkinggedrag te exploreren werd besloten om twee zelfonderzoeken te doen, één vanuit zijn positie als wreker en één vanuit zijn positie als dromer, waarbij aan beide posities dezelfde vragen werden voorgelegd zoals eerder vermeld in Tabel 1. In Tabel 3 worden vanuit elke positie enige waarderings gegeven.

Zoals Tabel 3 laat zien zijn de waarderings van de wreker en de dromer geheel verschillend qua inhoud en toonzetting. De wreker ontleent positieve gevoelens aan het 'in de grond stampen' van de ander vanuit de drang 'ik laat jou voelen wat jij mij laat voelen'. De dromer daarentegen lijkt meer een fantast te zijn die

TABEL 3 Enige waarderungen vanuit de posities 'ik als wreker', 'ik als dromer' en 'ik als accepterende'

Wreker

- 1 Als ik niks meer te verliezen heb, kan ik ervan genieten iemand de grond in te trappen; ik ontleen hier een stukje trots aan.
- 2 Als ik het gevoel heb dat iemand (bv. Lenie) niet eerlijk naar mij is en ik kom erachter, dan wil ik zo iemand een lesje leren, met verbaal geweld en met de telefoon... ik wil iemand laten lijden.

Dromer

- 3 Ik droomde dat ik later een rijk en gemakkelijk leven zou krijgen, speelde dat ook met lego.
- 4 Ik ben de wereldverbeteraar, een bekend figuur die misdadigers opspoort, een soort privé-detective, een held zodat ik bewonderd word en aandacht kon krijgen.

Accepterend

- 5 Daar waar de accepterende er niet is, zijn er emoties: die aanvallende, kortzichtige, verwijtende manier van communiceren... dan geef ik de wreker de ruimte.
- 6 Waar Van Veen (vorige werkgever) lacherig deed over het beeld dat ik van mezelf had (dromen), zie ik nu dat dat bij Peters (huidige werkgever) gewaardeerd wordt, bijvoorbeeld mijn rapport wordt ingevoerd en ik word gewaardeerd door het bestuur.

in zijn verbeelding het centrum van de wereld vormt en een overdaad aan bewondering van de kant van anderen wil oogsten. Bij het doorspreken van de resultaten van het onderzoek kwamen begeleider en cliënt erachter dat deze posities in hun combinatie een verklaring vormden van het stalking-gedrag. Het verbreken van de relatie door zijn vriendin betekende een ernstige aantasting van het droombeeld dat hij omtrent zichzelf van kinds af aan had opgebouwd. In een poging verdere afbrokkeling van dit beeld te voorkomen, werd de wreker ingeschakeld om zijn bedreigde zelfbevestiging te restaureren. Op deze wijze werd inzicht verkregen in de 'keten van posities' die dynamisch met elkaar verbonden waren: de bedreigde dromer riep de wreker op en deze bediende zich van de stalker om genoegdoening te krijgen voor het aangedane leed en herstel van eigenwaarde te bewerkstelligen.

In de loop van het validatieproces kwam Leo tot het besef dat het belangrijk was het isolement van zijn droomwereld te doorbreken en tot acceptatie te komen zowel van de reële wereld om

hem heen, alsook van het feit dat hijzelf niet meer of minder 'gewoon' was dan de anderen om hem heen. In feite betekende dit dat de begeleiding zich richtte op de ontwikkeling van een nieuwe ik-positie: de accepterende. Na vijf maanden begeleiding werd ter evaluatie een tweede onderzoek gedaan. Dit vond echter niet plaats volgens de gestandaardiseerde ZKM-procedure zoals eerder beschreven bij Esther. Aan Leo werd gevraagd een onderzoek te doen dat specifiek plaatsvond vanuit de positie van 'ik als accepterende'. Enige waarderungen vanuit deze positie worden vermeld in Tabel 3. Zoals de formuleringen laten zien, staat de accepterende niet los van de wreker en de dromer; veeleer wordt daarmee een relatie gelegd. In die zin kunnen de waarderungen van de accepterende gezien worden als een (dialogisch) antwoord, zowel op de mateloze agressie van de wreker als op de irreële fantasieën van de dromer. Zonder deze posities te isoleren of af te splitsen, probeert Leo om de energie die in deze posities aanwezig is in dienst te stellen van de meer mitigerende en realistische opstelling van de accepterende. Bovendien fungeert

de accepterende als een 'meta-positie' die de andere posities in hun onderlinge relatie inzichtelijk maakt en een bijdrage levert aan hun onderlinge integratie (Georgaca, 2001).

Wat is het voordeel van deze dialogische benadering en wat voegt deze toe aan het traditionele ZKM-onderzoek? In samenvattende zin kunnen enige voordelen genoemd worden. In de eerste plaats is er het fundamentele gegeven dat het niet een 'God's eye view' representeert, maar altijd gepositioneerd is in tijd en ruimte. De 'dialogical self' benadering trekt hieruit de consequentie dat elke positie een tegenpositie heeft en dat deze posities slechts in hun onderlinge dialogische relaties begrepen kunnen worden. In de tweede plaats doet de nieuwe benadering recht aan de complexiteit van het menselijke zelf. Reeds Montaigne (1580/1603) merkte op dat er evenveel verschil bestaat tussen ons en onszelf als er is tussen onszelf en anderen. Dit betekent dat er meer variaties, verschillen, tegenstellingen en contradicties bestaan in het zelf dan we op het eerste oog geneigd zijn te denken. Een polyfone opvatting van het menselijke zelf houdt in dat we altijd waarden vanuit een specifieke positie of combinatie van posities. De nieuwe benadering maakt expliciet gebruik van dit gegeven door verschillende zelfonderzoeken te doen vanuit verschillende posities, hetzij gelijktijdig in één samengesteld onderzoek, hetzij in verschillende onderzoeken gespreid in de tijd. Deze gedifferentieerde aanpak hoeft zeker niet ten koste te gaan van de integratie van het zelf omdat er posities zijn die de potentie hebben om andere posities te integreren (zie bv. 'de accepterende' bij Leo). Tegelijkertijd wordt een aanzienlijke verbreding van de psychologische ruimte gerealiseerd met het voordeel dat mensen in de gelegenheid worden gesteld om meer extreme posities,

vaak posities die in Jung's termen in de 'schaduw' van de persoonlijkheid liggen, binnen de marge van bespreekbaarheid te plaatsen. Daarmee wordt de dialogische ruimte die ontstaat tussen interacterende posities (Goolishian & Anderson, 1992) aanzienlijk uitgebreid. In de derde plaats wordt in de dialogische benadering meer aandacht geschonken aan de persoon van de ander. De ander fungeert als een 'externe positie' in het totale positie-repertoire. Dat houdt in dat 'mijn vriendin', 'mijn vader', 'mijn collega', 'mijn leraar', 'mijn vijand', etc. in het onderzoek betrokken en onderzocht kunnen worden in de relatie tot de zogenaamde interne posities van het repertoire. Op deze wijze wordt het mogelijk om de verhalen die afkomstig zijn vanuit externe posities rechtstreeks op de interne posities te betrekken. De ander wordt dan beschouwd als 'een ander ik' en maakt als zodanig deel uit van het repertoire van de persoon. (Voor recente theoretische ontwikkelingen zie het themanummer rond de 'dialogical self' in *Theory & Psychology*, April 2002; voor een toepassing van de 'dialogical self' op culturele relaties en culturele identiteit, zie een gelijknamig themanummer in *Culture & Psychology*, September 2001.)

5 Plaatsbepaling van de waarderings-theorie en ZKM

De specifieke aard van de waarderings-theorie en ZKM kan nader beschreven worden door een korte vergelijking met enige andere, meer gevestigde stromingen in de sociale wetenschappen. Deze vergelijking draagt tevens bij aan een plaatsbepaling van deze ontwikkeling in een breder geheel.

Een vergelijkbare stroming werd reeds genoemd: de narratieve psycho-

logie. De persoon als gemotiveerde verhalenverteller sluit goed aan op de narratieve benadering, die ervan uitgaat dat mensen betekenis geven aan zichzelf en hun omgeving door gebeurtenissen onder te brengen in een narratieve structuur (McAdams, 2001).

De factoren 'tijd' en 'ruimte' spelen een fundamentele rol in de existentiële benadering van de persoonlijkheid (zie bv. Verhofstadt-Denève, 2000). Een klassieke bron vormt het werk van Heidegger (1963) die zowel de factoren tijd en ruimte alsook het belang van de ander (Sein ist Mitsein) heeft gethematiseerd. Ook de waarderingstheorie en de 'dialogical self' baseren zich op soortgelijke uitgangspunten. In de tijd leeft de persoon vanuit een verleden, in een heden en in de richting van een toekomst. In de ruimte ziet de persoon zich altijd geplaatst met of tegenover anderen die als tegenspelers fungeren. In dit veld van mogelijkheden staat de persoon voor de taak betekenis toe te kennen aan de 'facts of life' door het ontwerpen van persoonlijke waardeningen.

Een andere stroming die raakvlakken vertoont is de Jungiaanse psychoanalyse die veel aandacht schenkt aan de dynamiek der tegenstellingen, bijvoorbeeld bewust tegenover onbewust, persona tegenover schaduw, het jonge kind tegenover de oude wijze persoon, anima (vrouwelijk kant van de persoonlijkheid) tegenover animus (mannelijk kant van de persoonlijkheid). Ook de waarderingstheorie hecht veel belang aan tegenstellingen: verleden tegenover toekomst, zelf tegenover ander, positief tegenover negatief, bewust tegenover onbewust. Evenals bij de Jungiaanse psychoanalyse wordt aandacht geschonken aan de vraag hoe deze tegenstellingen, met erkenning van hun eigenheid, bij elkaar kunnen worden gebracht en geïntegreerd kunnen worden.

Ook de Rogeriaanse client-

centered benadering is verwant. Allereerst draagt de Rogeriaanse psychologie een principiële appreciatie uit voor de individuele persoon, waarin concepten als 'acceptatie', 'zelfacceptatie', 'respect' en 'empathie' een rol van betekenis spelen. Ook hecht deze benadering veel waarde aan de 'opvatting van de persoon over zichzelf' en staat gereserveerd ten opzichte van het uitspreken van objectiverende oordelen of het stellen van classificerende diagnoses. In de waarderingstheorie staat de zich ontwikkelende persoon centraal in het vormgeven van diens eigen persoonlijke geschiedenis. Ook het therapeutisch belang van het 'in proces zijn' is gemeenschappelijk aan de Rogeriaanse benadering en de waarderingstheorie.

De psychologie der persoonlijke constructen zoals geformuleerd door Kelly (1955) was eveneens een inspiratiebron voor de waarderingstheorie. Zoals Kelly onderzoek deed naar het georganiseerde constructensysteem, zo is de waarderingstheorie geïnteresseerd in het georganiseerde waarderingsstelsel. Ook methodisch is er een overeenkomst. In beide gevallen wordt er gebruikgemaakt van een grid-methode om de aard van die organisatie te bestuderen. Bij Kelly gebeurt dit door de relatie tussen constructen en rollen te onderzoeken, in de ZKM de relatie tussen waardeningen en gevoelens. Ofschoon de twee theorieën aanzienlijk verschillen, is er een sterke overeenkomst in de kwantitatieve aspecten van de gehanteerde methoden. Een belangrijk verschil is dat bij Kelly diagnostiek en methode (Rep-test) scherp onderscheiden zijn, terwijl bij de ZKM de diagnostische fase, via de modaliteitsanalyse, vloeiend overgaat in de procesbevorderende fase.

Ook met cognitieve vormen van psychotherapie bestaan er overeenkomsten en verschillen. Zo wordt in beide gevallen veel aandacht gegeven

aan gedragsverandering. Cognitieve interpretaties vinden hun parallel in persoonlijke waardeningen zoals die centraal staan in de waarderingsstheorie. Ook is er in beide gevallen veel aandacht voor gevoelens. Een verschil is echter dat bij de waarderingstheorie, meer dan bij de meeste vormen van cognitieve psychotherapie, aandacht is voor de historische dimensie van het waarderingsleven. Waardeningen (en posities) kunnen pas goed begrepen worden als ze geplaatst worden in de context van zowel de persoonlijke historie als de collectieve historie van onze cultuur (zie het genoemde themanummer in *Culture & Psychology*, 2001).

6 Ten slotte

De waarderingstheorie en ZKM staan niet op zichzelf, maar vertonen overeenkomsten met tal van aanpalende stromingen en ontwikkelingen, waarvan er hier slechts enige zijn genoemd. Bovendien zijn de waarderingstheorie en ZKM verre van af. Het is een theorie en methode in ontwikkeling. Evenals een levende persoon is een levende theorie een proces. Dit themanummer moge hiervan een illustratie zijn.

NOTEN

- ¹ Ik dank Els Hermans-Jansen voor het beschikbaar stellen van de casus van Esther en voor de vruchtbare manier waarop we hebben samengewerkt.

GERAADPLEEGDE BRONNEN

- Angyal, A. (1965). *Neurosis and treatment: A holistic theory*. New York: Wiley.
- Bakan, D. (1966). *The duality of human existence*. Chicago: Rand-McNally.
- Bakhtin, M. (1973). *Problems of Dostoevsky's poetics* (2nd ed.). Transl. R. W. Rotsel. U.S.A. Ann Arbor, MI: Ardis. First ed. published in 1929 under the title *Problemy tvorchestva Dostoevskogo* [Problems of Dostoevsky's Art].
- Bakker, D. (1994). *Humanistisch levensbeschouwelijk opvoeden: Praktijken, principes, problemen*. Proefschrift Universiteit van Humanistiek. Zoetermeer: Uitgeverij Boekencentrum.
- Brugman, D. (1988). *Personaliseren van de leerstof; een interventie-onderzoek naar het ontwikkelen van waardegebieden door leerlingen tijdens lessen sociale-wereldoriëntatie*. Proefschrift, Rijks Universiteit Leiden/Katholieke Universiteit Nijmegen.
- Coopmans, M.J.A.M. (1993). *Separatie-individuele problematiek van een naoorlogse generatie oorlogsslachtoffers: de ervaring van de onbereikbare ander bij kinderen van slachtoffers van de Duitse en Japanse bezetting*. Proefschrift Katholieke Universiteit Nijmegen. Delft: Eburon.
- Dimaggio, G., Salvatore, G., Azzara, C. & Catania, D. (2003). Rewriting self-narratives: The therapeutic process. *Journal of Constructivist Psychology, Special issue on the dialogical self*. (Accepted.)
- Georgaca, E. (2001). Voices of the self in psychotherapy: A qualitative analysis. *British Journal of Medical Psychology*, 74, 223-236.
- Goolishian, H.A. & Anderson, H. (1992). Strategy and intervention versus nonintervention: A matter of theory? *Journal of Marital and Family Therapy*, 18, 5-15.
- Heidegger, M. (1963). *Sein und Zeit*. Tübingen: Niemeyer (10de druk).
- Hermans, H.J.M. (2001a). The dialogical self: Toward a theory of personal and cultural positioning. *Culture & Psychology* (Special Issue: Culture and the dialogical self: Theory, Method and Practice), 7, 243-281.
- Hermans, H.J.M. (2001b). The construction of a personal position repertoire: Method and practice. *Culture & Psychology* (Special Issue: Culture and the dialogical self: Theory, Method and Practice), 7, 323-365.
- Hermans, H.J.M. & Kempen, H.J.G. (1993). *The dialogical self: Meaning as movement*. San

- Diego: Academic Press.
- Hermans, H.J.M., Kempen, H.J.G. & Van Loon, R.J.P. (1992). The dialogical self: Beyond individualism and rationalism. *American Psychologist*, 47, 23-33.
- Hermans, H.J.M., Fiddelaers, M.J.M., Groot, R. de & Nauta, J.F. (1987). *Zelfonderzoek als leerlingbegeleiding*. Alphen a/d Rijn: Samsom.
- Hermans, H.J.M. & Hermans-Jansen, E. (1995). *Self-narratives: The construction of meaning in psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Hoekstra, H.A. & Smeets, M.A.H.J. (1992). Waarderingsonderzoek en zelfmanagement bij heroriëntatie op de loopbaan. *Gedrag en Organisatie*, 5, 467-482.
- Kelly, G.A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton.
- Luken, T. (1995). Beroepskeuzerijpheid en actorkwaliteiten. *Loopbaan*, April, 3-7.
- McAdams, D.P. (2001). *The person: An integrated introduction to personality psychology* (third edition). New York: Harcourt Brace & Company.
- Montaigne, M. de (1603). *The essayes: Or morall, politike and millitarie discourses* (J. Florio, Trans.). London: Blount. (Original work published 1580.)
- Neimeyer, G.J., Hagans, Ch.L. & Anderson, R. (1998). Intervening in meaning: Applications of constructivist assessment. In C. Franklin & P.S. Nurius (Eds.), *Constructivism in practice: Methods and challenges* (pp.115-137). Milwaukee, WI: Families International, Inc.
- Oles, P.K. (1991). Value crisis: Measurement and personality correlates. *Polish Psychological Bulletin*, 22, 53-62.
- Poulie, M.F. (1991). *Meer licht op faalangst: De waardering van het individu*. Proefschrift Katholieke Universiteit Nijmegen. Nijmegen: Universiteits-drukkerij.
- Putman, W.B.M. (1998). *Godsbeelden en levensverhaal: een onderzoek met behulp van de waarderingstheorie en de zelfkonfrontatiemethode naar de betekenis van persoonlijke godsbeelden*. Proefschrift Theologische Faculteit Tilburg. Tilburg: Tilburg University Press.
- Tomkins, S.S. (1978). Script theory: Differential magnification of affects. In R.A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 201-236). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Van de Loo, R. (1992). *Verheldering van loopbaanperspectief: Ontwikkeling en toepassing van een programma voor loopbaanoriëntatie op basis van de zelfkonfrontatiemethode*. Proefschrift Katholieke Universiteit Nijmegen. Assen: Van Gorcum.
- Van der Plas, P. (1981). *Waardenontwikkeling in het onderwijs. Theorie, praktijk, onderzoek*. Proefschrift Rijksuniversiteit Leiden. 's Gravenhage: Staatsuitgeverij.
- Van Geel, A.L.M. (2000). *Agency and communion in self-narratives: A psychometric study of the self-confrontation method*. Proefschrift Katholieke Universiteit Nijmegen. Nijmegen: Uitgeverij KU Nijmegen.
- Van Loon, E.J.P., Poulie, M.F. & Bos, R. (1995). Ontwikkelen van zelfsturend gedrag: de zelfkonfrontatiemethode (ZKM) bij functioneringsvragen, loopbaanbegeleiding en management ontwikkeling. *Handboek voor effectief opleiden* (pp. 99-116). Den Haag: Delwel.
- Van Maanen, N. (1996). *Autonomie en verbondenheid bij Indiase vrouwen: een exploratief onderzoek met de zelfkonfrontatiemethode buiten de Westerse cultuur*. Scriptie Katholieke Universiteit Nijmegen.
- Verhofstadt-Denève, L. (2000). *Developmental therapy from an existential-dialectical viewpoint. A theoretical and practical guide to action- and drama-techniques*. London: Jessica Kingsley Publishers.

ADRES VAN DE AUTEUR

Prof. dr. H.J.M. Hermans,
Katholieke Universiteit Nijmegen,
Afdeling Klinische Psychologie en Persoonlijkeidslcer,
Postbus 9104,
6500 HE Nijmegen
e-mail: HHermans@psych.kun.nl