

NBTP MAGAZINE

Sui Generis! Over de Natuur van Unicité.

Vandaag de dag lijkt het niet meer voldoende te zijn om natuurlijk uniek te zijn. Ook wat we doen, interessant vinden en waar we goed in zijn moet 'er uit springen'!



Artiestenpsychologie

Artiesten vragen ondersteuning bij een grote diversiteit aan hulpvragen. Denk aan podiumvrees, faalangst, opdringerig fangedrag, creatieve blokkades, alcohol- en drugsproblemen, stemmingsklachten en oververmoeidheid.



THEMA

UNICITÉIT

Verlag NBTP Congres

'Start Sharing'; het NBTP congres van 2014 is inmiddels een voldongen feit. Annette van den Berg neemt ons mee in haar beleving van deze bijzonder inspirerende dag, op pag 12 haar ervaringsverslag!



Vraag en antwoord

Een primeur. NBTP magazine heeft een vraagbaak. Bo Sikkens- toegepast psycholoog i.o.- geeft dit nummer acte de presence en klimt voor de lezer in de pen. Op pag 3 stelt zij zich voor.



Wist je Dat...

... er ook zoets bestaat als erotische intelligentie? Kijk gauw op pagina 11!

... we allen uniek zijn? Zelfs het genetische materiaal van eenige tweelingen is niet zo identiek als we ooit dachten.

... dat Magda Slimmens stopt als voorzitter van de redactie? En dat we dat heel jammer vinden?

... het NBTP magazine nieuwe enthousiaste aanwas verwelkomt!

In dit nummer

VAN DE REDACTIE 2 ● **VAN DE VOORZITTER 2** ● **VRAAG EN ANTWOORD 3** ● **EVEN VOORSTELLEN: BRITT 4** ● **SUI GENERIS! 5** ● **ARTIESTEN PSYCHOLOGIE 8** ● **BOEKBESPREKING 11** ● **VERSLAG VAN HET CONGRES 12** ● **VERSLAG LEZING VAN PROF. DR. DAVID PINTO 13** ● **TP-ER@WORK 15** ●

COLOFON

Hoofredactie

Annette Beuze-Silvester,
Jiska Duurkoop.

Redactie

Paulien van de Krift, Bo Sikkens en
Britt van Bavel-Stienen.

Bestuur

Monique Korpershoek (voorzitter),
Nikki Bosch (secretaris),
Karin van Leeuwen (penningmeester),
Elout van Leeuwen, Ian MacMenamin,
Anita Boerema, Sander van der Horst,
Johannes Postema en Marjolein Smits.
Website www.nbtp.nl

Ontwerp en lay-out magazine

Stephany Thijssen
www.grafischontwerpstephany.nl



Ontwerp logo NBTP

Anne Sesink en Joost Snel

Lidmaatschap

Wil je je gegevens wijzigen of kan je niet meer inloggen op Mijn NBTP van <https://mijn.nbtp.nl>, neem dan contact op met ledenadministratie@nbtp.nl. Wil je je uitschrijven? Je kan je uitschrijven via mijn.nbtp.nl/uitschrijven. Uitschrijving dient minimaal één maand voor het einde lidmaatschap plaats te vinden.

Lid worden?

Dat kan via mijn.nbtp.nl

Contributie

De contributie voor het jaar 2014 is vastgesteld op 10 euro voor studentleden en 40 euro voor leden.

Niets uit deze uitgave mag, noch geheel, noch gedeeltelijk, worden overgenomen en/of vermenigvuldigd zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.

We zijn niet aansprakelijk voor fouten, verkeerde interpretatie te gevolge van de uitgave van de NBTP Magazine. Aan deze uitgifte kunnen geen rechten worden ontleend. Het kopiëren of vermenigvuldigen van de NBTP Magazine is niet toegestaan, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.



VAN DE REDACTIE

Mooie verschillen

door Paulien van der Krift



Welkom in ons midden bij de nieuwe uitgave van NBTP magazine, ditmaal met het thema 'Uniciteit'. De mooie verschillen tussen mensen waar we dagelijks mee geconfronteerd worden en de vele, unieke mogelijkheden van het werkveld Toegepaste Psychologie, vormen de inspiratie voor deze uitgave.

In deze uitgave lees je ervaringen terug van het afgelopen congres Start Sharing, met onder andere David Pinto over hoe de uniciteit van de mens cultuur overstijgt. Daarnaast laat

Daisy Gubbels ons kennismaken met het unieke werkveld artiestenpsychologie. Zij brengt deze discipline op een miraculeuze wijze tot leven in haar handboek. Vervolgens geeft Mirella Brok ons een korte recensie van het boek Erotische Intelligentie, een onderwerp dat voor een verfrissende afwisseling binnen ons magazine zorgt. Ook kun je jezelf onderwerpen aan mijn persoonlijke ingevingen met het hoofdartikel *Sui Generis*.

Hiernaast zijn we erg blij dat we twee nieuwe leden welkom mogen heten. Bo Sikkens wordt onze persoonlijke vraagbaak: zij zal vanaf heden met hart en ziel reageren op ingezonden lezersvragen van TP studenten. Daarnaast heeft Britt van Bavel-Stienen zich vol vreugde bij onze redactie gevoegd. Beiden nemen in deze uitgave de ruimte zich voor te stellen. Welkom!

Wil je als lezer ook graag een literaire bijdrage leveren of heb je tips of suggesties? Of ben je werkend TP'er en wil je deelnemen aan de rubriek TPer@Work? Of heb je als TP student een hulp/adviesvraag aan Bo, onze vraagbaak? Schroom niet om contact met ons op te nemen!

Voor nu: blader op je gemak door deze uitgave en geniet van al onze mooie verschillen! [Paulien van der Krift](mailto:Paulien.van.der.Krift), redactie NBTP Magazine en student Toegepaste Psychologie te Fontys in Eindhoven

VAN DE VOORZITTER

Monique Korpershoek



Uniciteit is een thema dat ik overal om mij heen tegenkom. Mijn zoon bijvoorbeeld staat links buiten in zijn voetbalteam en niet op goal. Mijn dochter heeft een dans act in de musical en geen zang act. Dit heeft te maken met de unieke eigenschappen die zij als mens hebben. Ook in het nieuwe bestuur is het een belangrijk onderwerp. De afgelopen periode hebben we stilgestaan bij de unieke eigenschappen die ieder bestuurslid heeft en hoe deze ingezet kunnen worden voor de vereniging. De uniciteit van ieder bestuurslid kunnen we goed gebruiken om mooie projecten neer te zetten.

Uniciteit geeft aan hoe bijzonder en uniek wij zijn als persoon. Wat is jouw uniciteit?

Vraag maar raak!



Advies voor en door (student) psychologen.

Heb je een vraag?

Wil je weten hoe je het in het werkveld moet aanpakken? Ben je benieuwd hoe anderen iets hebben gedaan? Zit je met vragen rondom je studie? Bo Sikkens is ons eerste lid die het aandurft om jouw vragen te beantwoorden.

Mijn naam is Bo Sikkens. Ik ben begin 2010 gestart met de opleiding HBO Toegepaste Psychologie bij Hogeschool NTI in Leiden. Inmiddels ben ik vierdejaars en druk bezig met mijn afstudeeronderzoek. De (studie)tijd is voorbij gevlogen en ik heb er geen seconde spijt van gehad!

In mijn derde jaar koos ik voor de studierichting Ontwikkeling & Onderwijs. Omdat het me fascineert en hoopvol stemt dat ieder mens kan blijven leren. Elk kind en elke jongere ontwikkelt zich vroeg of laat tot volwassene. In dat proces kan, zeker in deze 'snelle tijden', heel veel misgaan. Jongeren zitten veelvuldig op facebook en twitter. De digitale wereld heeft voor hen geen geheimen meer. Maar ouders zijn daar niet mee grootgebracht. Is het dus reëel om van hen te verwachten dat ze hun kind daar adequaat in begeleiden? Is het verwonderlijk dat jongeren in die wereld 'verzuipen'?

Maar ook op latere leeftijd ontwikkelen mensen zich nog. Leren kun je op elke leeftijd en eigenlijk op elk gebied. Jong/oud; Islam/Christen; blank/zwart, iedereen leert en groeit. Daarmee is diversiteit geen vraag, maar een vaststaand gegeven waar ieder mens zich toe moet verhouden. Ook een TP-student is druk bezig te leren en zichzelf te ontwikkelen. Met als grote mijlpaal het felbegeerde diploma Toegepaste Psychologie aan het eind van het traject.

En daarna? In loondienst treden is niet meer zo vanzelfsprekend. Solliciteren is een vak apart. Je onderscheiden is een must. Ook als TP-er. Ik denk er dus serieus over na voor mezelf te beginnen na mijn afstuderen. En dan is alles ineens mogelijk. Waar het om gaat is, dat mensen blijven groeien en dat ze daar vaak begeleiding bij nodig hebben. En dat vergt betrokkenheid.

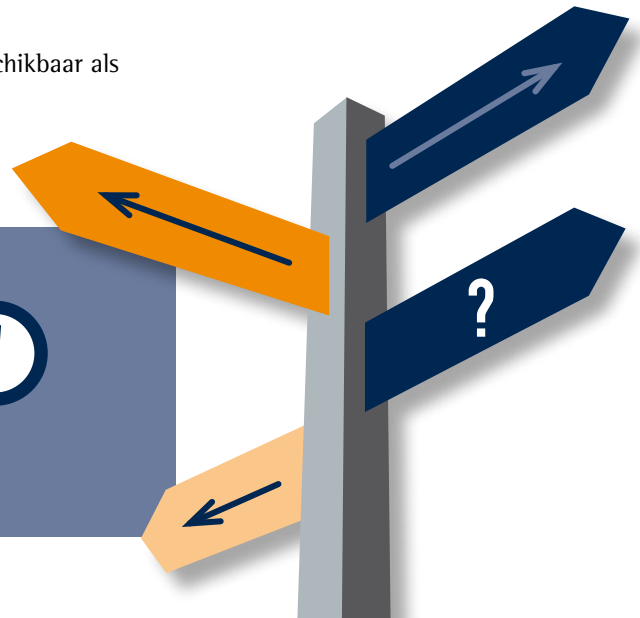
Daarom stel ik me graag beschikbaar als

'vraagbaak' van het NBTP-Magazine. Want het stellen van vragen stelt ons in staat te leren. Zonder advies van docenten, feedback van medestudenten en praktische hulp van mentoren, was ik misschien niet zover gekomen. Maar misschien kun je soms even niet de juiste ondersteuning vinden. Daarom sta ik open voor vragen van elke TP-student(e) die even vastloopt. Misschien vraag je je af of je wel op de juiste manier studeert. Of heb je moeite met het vinden van een stage- of afstudeerplek. Maar ook het vinden van de juiste (studie)motivatie kan soms lastig zijn. Wat frustrereert je en waar loop je tegenaan? Wie weet kunnen mijn ervaringen je helpen! Natuurlijk kan ik dat niet garanderen, maar ik kan wel beloven dat ik elke vraag serieus zal benaderen en mijn uiterste best zal doen te helpen waar mogelijk. Samen komen we verder!

OPROEP

Wij kunnen ook jouw input goed gebruiken!

Geef je op als panellid, zodat Bo er niet langer alleen voor staat.
Stuur je reactie naar redactie@nbtp.nl



Het grootste hoogtepunt moet nog komen

door Britt van Bavel-Stienen

Mijn naam is Britt van Bavel-Stienen.

Sinds oktober 2014 ben ik redactielid van dit magazine. Ik ben in september 2009 gestart met de opleiding Toegepaste Psychologie. Ik ben student bij Hogeschool NTI en ik ben daarnaast lid van de studentenraad. Ik fungeer daarbij als schakel tussen de student en de organisatie. Studeren als moeder van 3 jonge kinderen is mij niet altijd meegevallen. Ik heb diepe dalen gekend maar ook grote hoogtespunten. Het grootste hoogtepunt moet nog komen. Ik hoop dat te bereiken, door in de zomer van 2015 af te studeren. Daar zoek ik op dit moment nog een opdrachtgever voor.

Ik heb gekozen voor de richting 'Onder-



wijs & Ontwikkeling'. Met die keuze ben ik erg blij. Ik loop stage binnen het speciaal onderwijs en dat bevalt me erg goed. Toch heb ik gemerkt dat de

opleiding nog niet erg bekend is en er vaak geen ruimte wordt geboden voor ons als TP-er in opleiding. Ik hoop, dat er de komende jaren een flinke groei komt in die bekendheid en daar draag ik graag aan bij. Doordat ik op dit moment nog twijfel aan carrièremogelijkheden met mijn diploma, overweeg ik om na mijn afstuderen verder te studeren aan de Open Universiteit (psychologie). Voor nu heb ik mijn handen vol aan mijn stage, het afstuderen, mijn lidmaatschap van de studentenraad en niet te vergeten mijn taken bij de redactie van dit magazine.

Ik hoop jullie in de toekomst te laten genieten van interessante stukken, welke ik vanaf het volgende nummer ga schrijven.

BEDANKT!

De redactie bedankt Magda Slimmens-Bos voor het opzetten van het project NBTP-magazine. Zij heeft van meet af aan op een zeer bezielende en inspirerende wijze 'de kar getrokken'. Haar taken waren talrijk: (gast) auteurs organiseren, planning opstellen en handhaven, thema's bedenken en de eindredactie bestieren. Kortom, Magda was een spil in/op ons NBTP web. Een hele klus, weet ik nu uit ervaring. Maar omdat Magda nu haar eigen bedrijf BOS coaching & counseling heeft en omdat zij ook altijd erg actief betrokken is bij de organisatie van het jaarlijkse congres, heeft zij besloten dat het toch tijd is om het magazine (toch een beetje haar kindje) verder te laten opgroeien zonder haar.

Dank je wel Magda, voor al je input!

Annette Silvester





Sui Generis!

Over de Natuur van Uniciteit

Paulien van der Krift

Op 1 november 1971 deed de Hongaarse weekdierkundige József Vágvölgyi een unieke vondst op het eiland Pinta: het laatste individu van de *Chelonoidis nigra abingdonii*. 'Lonesome George' was officieel de laatste van zijn schildpadsoort. In de laatste jaren voor zijn dood werd hij beschouwd als het zeldzaamste wezen op Aarde. Toen George in 2012 overleed – waarschijnlijk van ouderdom – stierf de Galápagos schildpad met hem uit.

Lonesome George zou een uniek voorbeeld van uniciteit kunnen zijn. We zijn allen uniek, zeggen we wel eens. Zelfs wanneer we deel uitmaken van dezelfde diersoort, hetzelfde geslacht, dezelfde cultuur, zijn we *sui generis*, oftewel 'one of a kind'.

Zelfs het genetische materiaal van eenige tweelingen blijkt toch niet zo identiek te zijn als we ooit dachten. Vandaag de dag lijkt het niet meer voldoende te zijn om natuurlijk uniek te zijn. Ook wat we doen, interessant vinden en waar we goed in zijn moet 'er uit springen'. Wanneer we onze zinnen zetten op een baan met nog vijftig andere sollicitanten, proberen we zo uniek mogelijk over te komen. Aangezien ieder mens significant verschilt van een ander, moeten de zorg en het onderwijs gepersonaliseerd worden om zo nauw mogelijk op ieders unieke behoefte te kunnen aansluiten. Zelfs het op de markt brengen van een pak melk of een spijkerbroek, is een proces van 'specialiseren' geworden.

Into the West

Volgens een willekeurig online woordenboek betekent uniek hetgeen wat bijzonder of zeldzaam is. Er worden synoniemen geven als weergaloos, mieters, formidabel en onvergelijklijk. Dat laatste is een uniek woord dat nauwelijks is uit te spreken. De wereld telt ongeveer 7,1 miljard mensen, waarvan minstens 470 miljoen mensen zich actief bezighouden met weergaloos en formidabel te zijn. Uniciteit is immers 'hot' in onze moderne, Westerse samenleving. West-Europa bezit doorgaans een individualistische cultuur, waarin we gedreven zijn ons

alleen druk te maken om onszelf en onze naaste familie. Ons zelfbeeld wordt bepaald door de mate waarin we van 'ik' kunnen spreken. Hoe meer wij losstaan van/of buiten de groep staan (ondanks onze natuurlijke *need to belong*) en hoe meer *sui generis* we worden gezien, hoe hoger onze zelfwaardering. Dit in tegenstelling tot mensen met een meer collectivistische cultuur, die juist hun zelfwaardering en identiteit ontleen aan de mate waarin ze één worden met een groep. Maar wij Nederlanders zijn een typisch voorbeeld van individualisten, die streven naar het anders dan anders zijn. Normaal zijn is vaak niet meer voldoende: 'gemiddelde' mensen beschouwen we vaak als kansarmer. Dus hoe unieker, hoe beter.

De natuurlijkheid van uniciteit

De behoefte aan uniek zijn is niet geheel kunstmatig. Volgens de evolutietheorie die Darwin ons heeft nagelaten, wordt de overlevingskans van diersoorten juist vergroot door uniek te zijn. Alleen die giraf met de uitzonderlijke lange nek, kon reiken tot de hoogste bladeren in de boom, nadat de onderste bladeren waren opgegeten. En het is dankzij dat ene gemuteerde gen, dat Tibetanen op 4500 meter hoogte in ijle lucht kunnen overleven, in tegenstelling tot het gros der mensheid.

Ook volgens de behoeftetheorie van Abraham Maslow ligt het streven naar uniciteit in de natuur van de mens. Individualisering staat volgens Maslow centraal in het proces naar zelfactualisatie, die de piek van zijn behoeftepyramide bezet. De geactualiseerde mens is gedreven om zijn of haar potentieel volledig te benutten met zelfvertrouwen en zelfrespect, zelfs wanneer sociale normen hiervoor geschonden moeten worden. Zodanig ontstaat per persoon een eigen uniciteit. Maar volgens Maslow staat de geactualiseerde mens niet lijnrecht tegenover de samenleving als geheel: zij zijn juist in staat om in harmonie te leven met zowel het individualistische als het collectieve. Een verschijnsel wat onze moderne samenleving vast als muziek in de oren klinkt! Maar niet alle krachten vanuit de samenleving werken daar aan mee. Volgens Maslow blijft zelfactualisatie dan ook een proces van telkens opnieuw keuzes maken, die uniciteit en collectiviteit balanceren en met elkaar verbindt.

De normaliteit van uniciteit

Dus als mens hebben we enerzijds de behoefte om uniek te zijn en anderzijds om deel uit te maken van een groep. En terwijl we in de Westerse maatschappij als



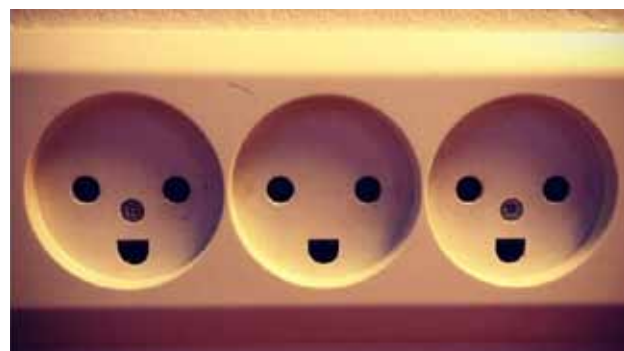


Terug naar persoonsniveau: door het collectief wat eigenlijk meer streeft naar efficiëntie dan effectiviteit, worden we dus wel verwacht om uniek te zijn. Maar als uniek zijn de norm wordt, in hoeverre blijft die uniciteit dan uniek? Als je bij het solliciteren op een baan concurrentie hebt van honderden, hoe ga je dan opvallen tussen al die uniciteiten? Termen als 'personal branding' en 'zelfmarketing' doemen op om methoden aan te duiden waarmee je jezelf kan presenteren als een product op de markt. Net als een bedrijf moeten we als mensen over een strakke missie en visie beschikken als we het beste uit ons zelf willen halen en onze uniciteit optimaal willen benutten. Ergens betwijfel ik of dat dit het actualisatieproces betreft waar Maslow het over had.

Vloek of zegen?

Is uniciteit dus meer een vloek dan een zegen? Uniciteit – het verschijnsel en de behoefte hieraan – zit in ons bloed, onze genen en in ons wezen. Het laat ons – ironisch genoeg – meer overeenkomen met andere diersoorten. Het creëren van uniciteit zorgt ervoor dat we gezien en gehoord kunnen worden, in een wereld met meer dan 7,1 miljard mensen. Maar uniciteit is zowel een gevolg als een oorzaak. We zijn immers verschillend van elkaar, we hebben verschillende interesses en onderstromen van gedachten. Die uniciteit brengt unieke mogelijkheden, levenskeuzes en carrièrepaden teweeg waar elk mens op zijn of haar eigen manier weer van kan profiteren. En zo houden we elkaars uniciteit in stand en zijn we in staat te voorzien in elkaars unieke behoeften.

En zeg nou zelf... als we allemaal hetzelfde waren, hoe interessant zou de wereld dan zijn? Bovendien: het feit dat we *allemaal* uniek zijn brengt ons weer samen tot één geheel. Als unieke individuen zijn we onderdeel van 'de unieke mens'. Dat vind ik dan toch wel weer hartverwarmend. En ik denk dat Maslow het met me eens zou zijn geweest.



individualistische mens worden geacht uniek te zijn, worden we tevens geacht te functioneren als lid van een familie, een team, een organisatie en een samenleving. Dat roept toegepaste theorieën van de mens in het leven zoals de teamrollen van Belbin, de denkstijlen van Ned Herrmann en de kernkwadranten van Daniël Ofman.

De behoefte aan weergaloosheid beperkt zich niet tot persoonsniveau, o nee! Ook het organisatorische en maatschappelijke niveau houdt zich druk bezig met het creëren van uniciteit. Eind 20e eeuw kwamen we ineens tot de ontdekking dat *alle* kinderen van elkaar verschillen in leerbehoeften en talenten. Niet alleen heeft ieder kind unieke behoeften – we willen ook graag in al die unieke behoeften voorzien. Ons onderwijs is deze eeuw dan ook druk bezig met personalisatie – een term meer geliefd dan 'individualisering' – zodat ieder kind maximaal herkent en in zijn talenten en kwaliteiten tegemoetgekomen kan worden. Een lastige opgave binnen een maatschappij die steeds meer wordt gerund door efficiëntie dan door effectiviteit, wat voor stampvolle klassen zorgt. Ondanks tegenwerkende krachten werkt personalisatie door als een trend en beperkt zich niet tot het onderwijs. In onze zorgstaat – even los van het feit dat we volgens de koning officieel een participatiesamenleving zijn – willen we graag ieder uniek individu zo goed mogelijk helpen. Dat vergt het zogenaamde 'zorg op maat': iedere vorm van zorg is uniek voor elk individu, afgestemd op diens unieke behoeften en situatie. Als mensen erkennen we dus de uniciteit van de individuele mens en werken we er graag aan om deze tegemoet te komen.

Artiesten- psychologie

Daisy Gubbels

We worden allemaal geboren als blanco pagina: één groot canvas. Het doek wordt gevuld met lijnen en kleuren. Ervaringen die we opdoen na onze geboorte. Dit stelde de filosoof John Locke in de 17e eeuw. Een aantal eeuwen later zijn we er o.a. met de invloed van neuropsychologisch onderzoek achter gekomen dat dit canvas meer lijkt op een lijntekening: onze genen hebben een significante invloed op onze ontwikkeling. Toch vind ik het uitgangspunt van Locke mooi: De maakbaarheid van de mens. Deze gedachte legt de verantwoordelijkheid om iets van je leven te maken bij jezelf. Een verantwoordelijkheidsgevoel dat kansen en mogelijkheden creëert. Ik ben er dan ook van overtuigd dat ik gedreven word door passie en bevlogenheid in de vorming van mijn identiteit.

Zo ook tijdens mijn studieperiode. Gedurende de studie Toegepaste Psychologie raakte ik steeds meer geïnteresseerd in het werkveld van de artiest. Met een minor creativiteitsontwikkeling, een aantal maanden dramatherapie en een afstudeeronderzoek bij een artiestenmanagementbureau gaf ik hier de eerste vorm aan. Ik ben ambitieus en denk graag in mogelijkheden. Wanneer je gedreven wordt door een onuitputtelijke interesse is er geen 'beer op de weg' te bekennen.

De geboorte van artiestenpsychologie

Snel maakte ik de vergelijking met de richting van sportpsychologie. Psychologen die met een wetenschappelijke achtergrond dag in dag uit bezig zijn met het optimaliseren van de prestaties van sporters. Waarom dan geen psychologen die zich dag in dag uit inzetten voor het optimaliseren van de performance van de artiest? Voor mij was het logisch te beredeneren dat een dergelijke specialisatie potentie heeft. Het was het gesprek met Marco Borsato, ruim twee jaar geleden, dat mij over de streep trok. Hij argumenteerde als reactie op mijn plan tot het schrijven van een handboek als start van deze nieuwe discipline: "Ik ken de managers in dit vak die op topniveau artiesten begeleiden, ik denk dat die zelf het gevoel hebben dat ze het al snappen, snap je? Of die op zo'n boek zitten te wachten, weet ik niet. Ik zou het zelf interessant vinden om te lezen, omdat ik überhaupt de psychologie achter dingen interessant vind. Ik geloof dat je nooit genoeg kennis kunt hebben." Artiestenpsychologie is dan ook voor artiesten en managers die open staan voor verschillende standpunten en nieuwe inzichten. De discipline Artiestenpsychologie is geboren.

In Nederland welliswaar. Wereldwijd, waaronder in Groot-Brittannië en Noord-Amerika, zijn er al vele jaren psychologen die gespecialiseerd zijn het werkveld van de artiest. En natuurlijk ook zijn er al geruime tijd psychologen die in hun praktijk regelmatig artiesten zien. Artiesten krijgen óók te maken met angsten en stemmingsklachten en vinden óók hun weg naar de reguliere geestelijke gezondheidszorg. En ja, er zijn Nederlandse wetenschappelijke onderzoeken te vinden waarbij het gedrag, het welzijn of de persoonlijkheid van de artiest centraal staat. Maar door de afwezigheid van specialistische scholing, beroepsgroepen en begrijpelijke literatuur wordt er geen brug gebouwd. Wetenschappelijk onderzoek blijft in wetenschappelijke kringen en elke

psycholoog mag op zijn eigen eilandje aanhoren hoe heftig de beperkte anonimiteit is voor een gevestigde artiest.

Het Eerste Handboek

Daarom een specialisatie. Het wiel hoeft niet telkens opnieuw te worden uitgevonden. Kennis is gebundeld en komt beschikbaar voor artiest én psycholoog in het eerste handboek Artiestenpsychologie. Een boekwerk wat momenteel in een vergevorderd stadium is en naar planning medio 2015 wordt uitgegeven. Maar wanneer ik spreek over het in de praktijk brengen van wetenschap, gaat het niet alleen over kennisoverdracht. Artiestenpsychologie is ook coaching en training. In mijn praktijk, bij de artiest thuis of op kantoor en via Skype coach en train ik artiesten. Artiesten vragen ondersteuning bij een grote diversiteit aan hulpvragen. Denk aan podiumvrees, faalangst, opdringerig fangedrag, creatieve blokkades, alcohol- en drugsproblemen, stemmingsklachten en oververmoeidheid. Trainingen zijn vaak gericht op het vergroten van weerbaarheid, op het toepassen van ontspanningsoefeningen en het op gang brengen van creatieve processen.

Wie is de artiest?

De artiest is een persoon die optreedt voor direct of indirect publiek en daarmee een creatieve prestatie levert en/of een creatief product creëert binnen de disciplines van dans, muziek en/of drama.

Als je een aantal wetenschappelijke onderzoeken naast elkaar legt zou je kunnen concluderen dat de artiest een narcistisch, manisch-depressief, chaotisch, hooggevoelig en zelfdestructief persoon is, met in zijn vroege levensjaren zeer traumatische ervaringen van verwaarlozing of misbruik waardoor er een ongezonde behoefte aan aandacht is ontstaan. Deze beschrijving is natuurlijk uit zijn context gehaald, maar een hogere gevoeligheid voor psychische klachten bij artiesten ten opzichte van de algemene bevolking wordt keer op keer aangetoond. Echter zijn er aan elk verhaal twee kanten. We kunnen de artiest ook in een positief daglicht zetten. De artiest is ook ruimdenkend, inspirerend, gemotiveerd, volhardend, visionair ingesteld en creatief. Na alle ervaringen die ik heb opgedaan de afgelopen jaren kan ik stellen dat 'de artiest' een zeer eigenaardige beroepsgroep is binnen onze populatie: uniek. Een specialisatie binnen de samenleving, gevormd door passie en bevoegenheid. De vraag is of de artiest zo uniek is door persoonsfactoren en aangeboren talent of dat juist de bijzondere factoren van het vakgebied zoals prestatiedruk en roem

de artiest vormt naar een unieke entiteit. Evenals bij de mens in het algemeen ga ik in mijn begeleiding uit van een gedeelte 'nature' en een gedeelte 'nurture'. Wat kan ik dan als psychologe voor de artiest betekenen?

Hulpvragen van de artiest

Ik heb een zangeres mentale begeleiding geboden gedurende het schrijven en opnameproces van haar nieuwe album. Door een grote angst om anderen teleur te stellen, heeft ze de neiging om anderen te pleasen. Hierdoor stapte ze in het verleden vaak af van haar eigen visie, waardoor ze achteraf nooit helemaal tevreden was. Door haar wekelijks een spiegel voor te houden en te reflecteren op haar eigen doelen was zij in staat om een album te produceren wat dicht bij haarzelf ligt. Een product waar ze trots op is.

Een andere cliënt van mij heeft moeite met het aangaan van nieuwe contacten door zijn bekendheid. Hij twijfelt telkens aan het motief van de ander: 'word ik aardig gevonden of wil de ander om mijn succes met mij omgaan'. Hierdoor ervaart hij vaak een achterdocht waar hij last van heeft. In dit traject ligt de focus op grenzen bewaken, vertrouwen op eigen effectiviteit en luisteren naar je intuïtie. Het accepteren van de roem was hier ook een belangrijk onderdeel van. Mede door mijn begeleiding gaat hij nu met meer zekerheid om met anderen, doordat hij zijn persoonlijke grenzen kent en hier op kan vertrouwen.

Hard werken en kansen grijpen

Mijn vakgebied groeit met de dag, omdat artiesten met een grote diversiteit aan hulpvragen naar mij toe komen. Dit vak is dan ook ontstaan doordat er vanuit het werkveld behoefte is aan mijn diensten. De artiestenwereld heeft een steeds groter groeiende behoefte aan psychologische kennis en inzichten. De artiestenwereld is niet langer een zelfsturend systeem, waarbij puur ervaring telt. Vanwege internet en talentenjachten is roem meer en meer vergankelijk geworden en komt professionaliteit steeds hoger in het vaandel te staan. Het imago van 'seks, drugs en rock & roll' lijkt niet langer bevorderend voor het succes van de artiest. Net als sporters zijn veel artiesten continu bezig met het optimaliseren van hun kansen tot succes. De artiest wordt in deze tijd niet meer herrezen uit zijn as als een talentvolle feniks. 'Artiest zijn' is hard werken en kansen grijpen. Schilderen op hun canvasdoek. De artiestenpsycholoog voegt daar een paar mooie kleuren aan toe.

Meer informatie over artiestenpsychologie vind je op www.artiestenpsychologie.nl. Vragen of opmerkingen kun je mailen naar info@artiestenpsychologie.nl.



Met liefs, Daisy Gubbels





De begrippen 'intelligentie' en 'emotionele intelligentie' zijn in de psychologie al langer bekend. Esther Perel voegt daar nu een nieuwe begrip aan toe: 'erotische intelligentie'. In haar gelijknamige boek schrijft ze over de spanning in vaste relaties.

Erotische intelligentie

Door Mirella Brok

Erotische intelligentie is: zien dat de ander iemand is die je nooit zult leren kennen, die je nooit zult kunnen vasthouden, die je steeds opnieuw zult moeten veroveren, op een speelse en vragende wijze. Dit maakt je kwetsbaar en die kwetsbaarheid kun je dragen.

Hoewel het boek van Perel is geschreven voor iedereen die passie in zijn leven wil, raad ik het boek niet aan iedereen aan. Perel roept stellen voornamelijk op om meer afstand te nemen van elkaar en meer individualistisch te zijn. Ik zelf ben er van overtuigd dat een goede balans nodig is tussen afstand en nabijheid. Die balans vinden is naar mijn mening een ingewikkeld proces, waarbij we vaak vallen. In 'Erotische intelligentie' leunt Perel naar mijn mening teveel naar de afstand. Wat ik gevaarlijk vind.

Ben je op zoek naar een eenduidig antwoord om seksuele problemen op te lossen? Dan raad ik 'Erotische intelligentie' af om te lezen. Ben je op zoek naar een complementaire kleur, naar een andere mening dan normaal, overwegingen die barsten maken in een star denkpatroon van romantische liefde? Heb je bovendien een goed reflectievermogen? Durf je te experimenteren, ook als het mis kan gaan? En ben je niet angstig ingesteld? Kortom; ben je een erotisch intellect? Dan is dit zeker een boek voor jou!

Erotische intelligentie

- Erkennen dat je verlaten wordt door je geliefden
- Je bezit je partner niet. Je relatie is niet vanzelfsprekend. Bezit niet, verover steeds
- Seksualiteit is onderdeel van je persoonlijkheid, en ontwikkelt zich steeds. Sta daar voor open. Creeër je seksuele identiteit, met eigen beelden en verlangens
- Integreer je agressie in je seksleven, in plaats van het uit te roeien
- Blijf jezelf in de aanwezigheid van de ander
- Proust: "De echte ontdekkingsreiziger gaat niet op zoek naar nieuwe landschappen, maar kijkt er met andere ogen naar." Er is altijd wel een plek waar je nog niet bent geweest samen. Er is altijd iets van de ander dat je nog moet ontdekken
- Stimuleer je tevredenheid. Zo is het goed. Zo is het genoeg
- Begrijp dat schommelingen in de erotische intensie bij de relatie horen. Een relatie is een dynamisch en levend organisme
- Seks is een spel. Een spel dient geen ander doel dan het spel zelf
- Wees speels in je relatie

Verlag van het congres

door Annette van den Berg

Start sharing! Een veelbelovende titel voor het congres van het NBTP. Als pas afgestudeerd toegepast psycholoog, ben ik bijzonder geïnteresseerd in de hoofdthema's 'ondernemen' en 'delen van kennis'. Nu ik een baan en/of opdrachten zoek is het waardevol van anderen te horen hoe zij het een en ander aanpakken. Bovendien is het fijn om je eigen ervaringen te delen met anderen. Voor beide heeft het het congres volop gelegenheid geboden.

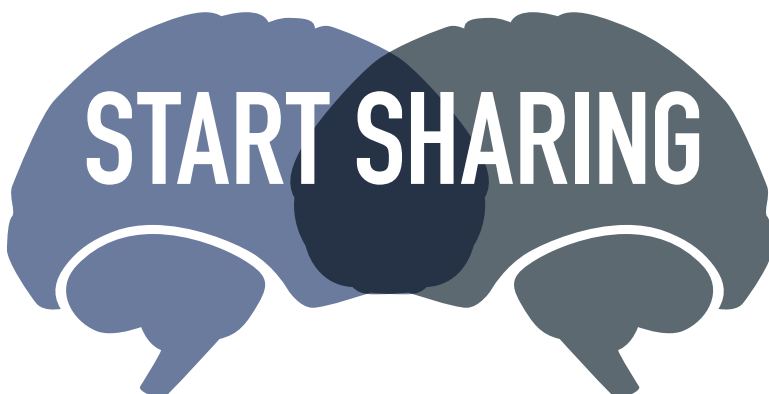
We zijn een jonge beroepsgroep en daar hoort een pioniersgeest bij. We moeten dus initiatiefrijk zijn en durf en doorzettingsvermogen tonen. Kwaliteiten die ruimschoots aanwezig waren bij de 3 leden, die in het plenaire gedeelte van het ochtendprogramma een pitch mochten doen. Dat het pad van studie naar werk niet over rozen gaat, blijkt wel uit het oprechte verslag van deze 3 toegepast psychologen. Door innovatief, vasthoudend en optimistisch te zijn, zijn ze gekomen waar ze nu staan. Wijzer en krachtiger dan ooit. De centrale boodschap luidde: zorg dat je een duidelijke missie hebt, zorg voor een goed netwerk en wees innovatief. Voor mij werkte deze persoonlijke verhalen inspirerend en stimulerend.

Met mij zijn er vele andere toegepast psychologen geïnteresseerd in de functie van Praktijkondersteuner Huisarts-GGZ / POH-GGZ. Niet zo verwonderlijk als je ziet, dat de beroepstaken van een praktijkondersteuner

GGZ sterk overeenkomen met het curriculum van de opleiding toegepaste psychologie. Harold Wenning en Emmy de Zeeuw kregen tijdens de workshop POH-GGZ naast inhoudelijke vragen met name vragen over de functie-en opleidingseisen. Het blijkt dat de zorgverzekeraar bepaalt en dat daardoor de eisen per regio verschillen. Veelal worden er universitair geschoolde psychologen, sociaal psychiatrisch verpleegkundigen en algemeen maatschappelijk werkers gevraagd met een BIG registratie. Heb je toegepaste psychologie gestudeerd, dan moet je een POH-GGZ opleiding volgen en zelf voor een stageplek zorgen. Omdat er te weinig ruimte is om stagiaires in dienst te nemen, is het enorm lastig een plek te bemachtigen. Daarnaast is een belangrijke eis in een vacature voor POH-GGZ een flinke dosis werkervaring in de GGZ. Gezien de concurrentie van het grote aantal universitair geschoolde psychologen, komen we juist daar niet aan de slag. Lidmaatschap van de NBTP is van groot belang. Samen staan we sterk en kunnen we onze belangen beter positioneren.

De workshop 'ondernemen' van Eric Nak van de Kamer van Koophandel, met aanvullingen van Johannes Postema van berenopdeweg.nl, was nuttig. Wel miste ik concrete handvatten over hoe je acquisitie aanpakt. Succesvol acquireren is een voorwaarde voor je bestaan als zelfstandig professional en komt niet of nauwelijks aan bod in onze opleiding. Misschien iets voor het volgende congres?

Voor nu kijk ik terug op een geslaagde dag. Veel geleerd, veel mensen gesproken en nieuwe energie opgedaan om mijn zoektocht naar werk voort te zetten.



Lezing prof. dr. David Pinto

door Annette Silvester

David Pinto begon zijn lezing op 30 oktober jl. tijdens het congres van de NBTP met het idee dat hij van de voorlichting bij de Politie had opgedaan: “Vertel eerst iets over jezelf, het liefst met een foto van je achtergrond, dat vinden de mensen leuk.” En dat deed hij; we kregen een foto te zien van een bergdorpje; erg stoffig en niet bepaald luxe.

Daarna begon hij te vertellen: “We hebben allemaal een beperking; ons denkkader. We kunnen gewoonweg niet alles weten. En hetgeen wat niet past in ons denkkader, zien we gewoonweg niet. De regels bij de ander ken je ook niet altijd. Alles wat geen rol speelt, ziet men niet en is daarom voor de ander ook niet belangrijk. Hij of zij heeft er immers ook geen weet van! Deze beperking houden we allemaal.

Deze stelling werd ingebed in diverse vrolijke praktijk-situaties waar menigeen wel om kon lachen. Dan heeft David het over effectieve communicatie; het effect bereiken dat je beoogt, ook bij verschillen. Zoek naar een methode om die effectiviteit te bereiken met behoud van je eigenheid. Doe geen water bij de wijn!

Verschillen

Als voorbeeld geeft David de verschillen tussen mannen en vrouwen. Daarbij laat hij twee plaatjes zien: één van een apparaat met heel veel knoppen, welke de vrouw illustreert, en een zelfde apparaat met maar één knop (aan/uit) wat de man moet voorstellen. Daarbij wijst Pinto erop dat de aan/uit knop ook echt wel bij de ‘vrouw’ aanwezig is, enkel moeilijker te vinden. Het publiek in de zaal, welke vooral uit vrouwen bestaat, kan een glimlach of enig gegriinnik niet onderdrukken.

“Als je weet dat vrouwen veel babbelen en eigenlijk niet op een oplossing zitten te wachten” - wat volgens Pinto vooral de reactie van de man zou zijn - “acteer daar dan ook naar en vraag of je eerst even een lekker kopje thee zal zetten.”

Hij laat een voorbeeld zien van een campagne van een babyvoeding fabrikant die het in de Arabische wereld aanvankelijk niet best deed, omdat men de voorlichting/

bijsluiter (ja, men had research gedaan; er was gebruik gemaakt met plaatjes in plaats van tekst!) van links naar rechts had voorgesteld, in plaats van rechts naar links, zoals de Arabieren lezen.

Het zag er voor de Westerling als volgt uit:

1. Kind huult
2. Moeder koopt babyvoeding
3. Kind lacht

Maar voor de Arabier, die dus van 3 naar 1 leest, staat er compleet iets anders. Als je dat weet, is het logisch dat de fabrikant geen succes had met deze campagne.

Ons denkkader

De beperking van ons denkkader wordt hierdoor duidelijk: Je denkt namelijk in de eerste instantie niet dat iemand anders iets anders doet dan jij. Het is geen racisme, je moet het gewoon weten! Als je het weet, dan kun je ernaar handelen.

Volgens de antropologen zijn er binnen de culturen (macroniveau) ook weer verschillende dimensies. Hoe kunnen we nu effectief omgaan met die verschillen?

Als je gaat ordenen, moet je wel recht doen aan de uniciteit van de mensen. David Pinto heeft de vergelijking Diamant / Grafiet gemaakt. Ze zijn heel verschillend, maar beide bevatten ze 100% het basiselement koolstof.

| Diamant | Grafiet |
|---------------|---------------|
| Hard | Zacht |
| Transparant | Donker |
| Isolator | Geleider |
| Fijnmazig (F) | Grofmazig (G) |

Hoe komen de verschillen zo groot, terwijl het basis-element gelijk is? Dat komt volgens Pinto door de structuur. We moeten allemaal beantwoorden aan regels en codes. Bij de één is het strakker, de ander juist losser, juist veel meer, tegenover juist veel minder. Het één is niet beter of slechter dan het ander, het is gewoon anders!

Vergelijking met culturen

Diamant = strak, fijnmazig; er zijn veel regels, strak gedetailleerd patroon, zoals fijn ruitjespapier.
= F (Oosterse cultuur)
Grafiet = los, grofmazig, het individu staat centraal, zoals groot ruitjespapier = G (Westerse cultuur)
M = Mixed cultures; 2e generatie kinderen.

Wat maakt dat iemand zich het best voelt bij een G of een F? Onder andere:

- Economische factor: groeit men op in een arme omgeving, dan sluit men zich aan bij een groep om te kunnen overleven. Is er veel welvaart, dan is dit niet nodig
- Religie kan de fijnmazigheid vasthouden
- Individuele factor: genetisch bepaald, men gaat al dan niet strak met de regels om

“Maar”, zo vervolgt Pinto zijn verhaal, “natuurlijk krijg ik ook kritiek op mijn theorie. Want, zo zei men tegen mij, waar laat je dan het individu? Wat blijft er nu over van de uniciteit van de mens? En daar had men gelijk in! Generalisatie versus Uniciteit. Het verschil tussen F en G is groot, maar binnen een segment zijn er ook vele verschillen.” En zo kwam Pinto met het idee om de segmenten Fijn, Grof, en Mix onder te verdelen van abc tot xyz: de individuen.

Enkele verduidelijkingen doorspekt met humor volgen; over hoe Pinto met vallen en opstaan deze verschillen aan den lijve heeft mogen ondervinden.

De tijd is eigenlijk al lang om, maar hij laat nog snel zijn behoeftenpiramide zien, die een ‘F versie’ is van die van de voor ons Toegepast Psychologen bekende piramide van Maslow.

Bronnen

NBTP congres 30 oktober 20014
http://www.davidpinto.nl/theorie_2.php

| F | G |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| Groep afhankelijkheid | Individualiteit |
| Duidelijkheid | Vaagheid |
| Extern referentiekader | Intern geweten |
| Schaamte | Schuld |
| Gevoelige issues = ontwijken | Vrije spraak |
| Eer! Opgelegd door de buitenwereld | Zelfrealisatie! Is het allerhoogste |



Piramides van de hiërarchie van menselijke behoeften van Maslow (links) en Pinto (rechts) voor respectievelijk de G en de F structuren.



Wie ben je?

Ik ben Suzanne Kok, woonachtig in Eindhoven en ben in juli 2012 afgestudeerd als Toegepast Psycholoog aan de Hanzehogeschool in Groningen.

Wat doe je?

Op dit moment werk ik als Teampsycholoog bij Thebe Breda in een woonzorgcentrum voor mensen met een complexe vorm van dementie of gerontopsychiatrie. Daarbij richt ik mij op het functioneren van zorgverleners op de werkvloer en op het stimuleren van hun ontwikkeling. Meer in het bijzonder ondersteun en begeleid ik de teamleden bij het omgaan met complex gedrag dat zich met name openbaart op de gerontopsychiatrische afdelingen en geef ik aanwijzingen aan medewerkers die verantwoordelijk zijn voor de uitvoering van het zorgplan. Dit betekent dat de teampsycholoog geen activiteiten en verantwoordelijkheden van teamleden overneemt, maar hen nieuwe vaardigheden aanleert. Dit doe ik door inzicht te geven in eigen handelen en de gevolgen daarvan te laten zien. Zodoende kunnen de teamleden na verloop van tijd hun taken weer zelfstandig oppakken. Daarnaast is samenwerking (vaak met andere disciplines) een belangrijk onderdeel van mijn functie. Denk hierbij aan het bespreken van observaties van psychiatrische problematiek en het signaleren van complex gedrag van cliënten.

Wat is je Take Home Message?

Vraag jezelf af wat je al goed kunt en wat je in de toekomst wilt bereiken. Leg de focus op je sterke punten, maak maximaal gebruik van je beschikbare expertise, talenten en motivatoren. Wees authentiek door jezelf te zijn, kom 'echt' over in je gedrag en houding, dan kom je het verst.

OPROEP

Wil je ook in deze rubriek?

Geef je dan op via redactie@nbtp.nl o.v.v. TP-er@Work.



Thema van het volgende magazine is: **diagnostiek!**

De volgende editie van het NBTP Magazine zal uitkomen onder het thema Diagnostiek. Deze zal op 21 maart a.s. verschijnen als online versie. Mocht je een interessant artikel hebben of willen schrijven, ben je van harte welkom om een stuk in te dienen. Dit kan je mailen naar: redactie@nbtp.nl.