

Een mens worden

Dabrowski's theorie van positieve desintegratie

Sebastiaan den Uijl

Filosofische Praktijk Horizon

Inhoudsopgave

<i>Voorwoord</i>	2
§ 1 Inleiding	3
§ 2 Beroepssituatie	3
§ 3 Opbouw van het onderzoek	4
§ 4 Humanistische psychologie	5
§ 5 Positieve desintegratie	6
§ 6 Ontwikkelpotentieel	7
§ 7 Meerlagigheid	9
§ 8 Dabrowski in de praktijk	12
§ 9 Conclusies en aanbevelingen	14
Literatuur	17
Bijlage A. De stadia van positieve desintegratie	20

Voorwoord

In dit onderzoek vraag ik mij af hoe de theorie van positieve desintegratie van Kazimierz Dabrowski mij kan helpen om mijn achtergrond in de filosofie te verbinden met mijn specialisatie in de pedagogiek. Ook stel ik de vraag hoe ik deze theorie binnen mijn praktijk kan inzetten om (hoog)begaafde jongeren beter te begeleiden. Dit onderzoek kwam tot stand tijdens de module Hoogbegaafdheid van de opleiding *Educational Needs* aan de Hogeschool Utrecht. Graag wil ik mw. Susanne Waal-Kolen en mw. Sarah Torenstra-Brinkers bedanken voor de prettige manier waarop zij ons tijdens deze module hebben begeleid. De leden van mijn leerteam Sophie Bravenboer, Eva Cornelis, Marloes Blaas en Narda van der Krogt bedank ik voor hun waardevolle feedback in verschillende stadia van het onderzoek. Ten slotte wil ik mijn goede vriend Redmar van der Woert hartelijk danken voor onze gesprekken tijdens het schrijven van deze paper – een fundament onder mijn praktijk, dat in de grond van onze gedeelde waarden is gelegd.

Sebastiaan den Uijl

Filosofische Praktijk Horizon

Pasen 2023

§ 1 Inleiding

In dit onderzoek behandel ik de theorie van positieve desintegratie van Kazimierz Dabrowski (1902 – 1980). Meer in het bijzonder zal ik kijken naar de praktische toepassing van deze theorie in de begeleiding van (hoog)begaafde jongeren binnen mijn eigen praktijk. Mijn leervragen behandelen de theorie van Dabrowski vanuit twee gezichtspunten. In de eerste plaats vraag ik mij af hoe deze theorie mij kan helpen om mijn achtergrond in de filosofie te verbinden met mijn specialisatie in de pedagogiek. Daarnaast stel ik de vraag hoe ik de theorie van positieve desintegratie in mijn praktijk kan inzetten om (hoog)begaafde jongeren beter te begeleiden.

De eindkwalificaties waar ik in dit onderzoek aan werk zijn de leer- en leefomgeving, de leraar als persoon, de begeleiding van leerlingen, systeemoriëntatie, de leraar als participant in de verandering, onderzoekend vermogen, maatschappelijk besef en reflectie en ontwikkeling. Ik zal in dit verslag de rollen aannemen van begeleider en ethicus.

§ 2 Beroepssituatie

Mijn interesse in de theorie van positieve desintegratie (TPS) komt voort uit mijn beroepssituatie. Vanuit *Filosofische Praktijk Horizon* begeleid ik leerlingen met bijzondere leerbehoeften op de middelbare school. Voordat ik mij specialiseerde in de pedagogiek studeerde ik filosofie en verdiepte ik mij in filosofische gespreksvoering. Mijn dagelijkse werkzaamheden bestaan uit het lesgeven aan en begeleiden van jongeren en het voeren van gesprekken met de leerling, de ouders en school. Daarnaast ben ik soms nog buiten het onderwijs werkzaam als begeleider van filosofische gesprekken.

Binnen mijn praktijk geef ik les aan twee verschillende doelgroepen. De ene groep jongeren is op zoek naar bijles voor één bepaald vak. Ik geef **vakinhoudelijke** begeleiding in de vakken wiskunde, klassieke talen en filosofie. De tweede groep jongeren heeft behoefte aan langdurige begeleiding vanwege complexe problematiek en / of het risico op schooluitval. Bij deze **pedagogische** begeleiding ligt de nadruk op het verkrijgen van meer

zelfkennis en het verbeteren van studievaardigheden. De oorzaak van de problemen die de jongere op school ondervindt is meestal een bijzondere conditie zoals hoogbegaafdheid, autisme of dyslexie. Ik zou de theorie van positieve desintegratie voor deze groep willen inzetten om het gedrag van deze jongeren vanuit een ander kader te kunnen herkennen, aanvaarden en begeleiden. De theorie van Dabrowski wordt in dit onderzoek dus niet alleen toegepast op hoogbegaafde jongeren, maar op de bredere doelgroep begaafde jongeren met bijzondere leerbehoeften binnen mijn praktijk.¹

§ 3 Opbouw van het onderzoek

In mijn onderzoek naar de theorie van Dabrowski zal ik de theorie eerst binnen de historische context van de humanistische psychologie plaatsen. Vervolgens zal ik de twee pijlers van de theorie *ontwikkelingspotentieel* en *meerlagigheid* bespreken. Ten slotte zal ik mij afvragen hoe ik de theorie van positieve desintegratie kan toepassen bij het begeleiden van jongeren in mijn praktijk. Ik geef hierbij eerst een kort overzicht van de manier waarop de theorie van positieve desintegratie in Nederland wordt toegepast bij de begeleiding van kinderen en (jong)volwassenen. Daarna vraag ik mij af welke mogelijkheden theorie van Dabrowski binnen mijn eigen praktijk biedt voor de begeleiding van jongeren op de middelbare school. Ik bespreek de theorie van positieve desintegratie grondig, omdat ik verwacht dat ik mij de komende jaren nog verder zal verdiepen in de humanistische psychologie en de theorie van Dabrowski. Op deze manier probeer ik een fundament te leggen onder mijn praktijk en manier van begeleiden.

¹ Dabrowski noemt negen gebieden waarop zijn theorie van positieve desintegratie van toepassing is: psychologie; psychiatrie en therapie; onderwijs; wijsgerige antropologie en ethiek; wetenschapsfilosofie en geesteswetenschappen; geschiedenis; sociologie en culturele antropologie; politiek; pastoraal werk. Hieruit blijkt de reikwijdte van de theorie en de visie van Dabrowski, die tot doel had om 'de mens menselijker te maken' (Dabrowski et al., 1970, p. 129). Tegenwoordig vindt de theorie vooral weerklank in de begeleiding van hoogbegaafde kinderen, jongeren en (jong)volwassenen. Dabrowski deed zelf onderzoek naar het verband tussen hoogbegaafdheid en positieve desintegratie. Na zijn dood werkten zijn leerlingen deze toepassing van de theorie verder uit (Tillier, 2008).

§ 4 Humanistische psychologie

De theorie van Dabrowski valt binnen de stroming van de humanistische psychologie. Deze stroming ontstond in de jaren '50 van de vorige eeuw als reactie op zowel het behaviorisme als de psychoanalyse en wordt daarom ook wel *third force psychology* genoemd. Een belangrijk kenmerk van de humanistische psychologie is dat zij de mens als een geheel opvat dat meer is dan de som van zijn delen. Menselijk gedrag kan met andere woorden niet uitsluitend worden verklaard door prikkels uit de omgeving (behaviorisme) of door onbewuste psychische processen (psychoanalyse). Het menselijk bestaan ontwikkelt zich volgens de humanistische psychologie in een unieke menselijke context, die vanuit zijn eigen betekenis moet worden begrepen. Mensen zijn zich bovendien bewust van zichzelf en van de menselijke context waarbinnen zij leven. Dit bewustzijn maakt het mogelijk dat mensen eigen keuzes maken – daarom zijn zij ook verantwoordelijk voor hun daden. Mensen zijn als bewust handelende wezens intentioneel gericht: zij streven doelen na, weten dat zij door hun handelen gebeurtenissen in de toekomst veroorzaken en zijn gedurende hun hele leven op zoek naar betekenis, waarden en creativiteit (Greening, 2006).

De humanistische psychologie onderscheidt zich verder van de twee eerdere stromingen door een positieve kijk op de mens. Net als alle levende wezens heeft de mens een inherente drang om zichzelf in stand te houden en te ontwikkelen. De Amerikaanse psycholoog Carl Rogers (1951) gebruikte voor deze inherente drang tot ontwikkeling de term *actualiserende tendens* en Abraham Maslow (1954) duidde met de term *zelfactualisering* het hoogste niveau aan in de door hem ontwikkelde hiërarchie van menselijke behoeften. Op dit niveau heeft de mens zijn volledige potentieel verwerkelijkt en is geworden wie hij of zij wilde zijn, bijvoorbeeld een goede ouder of een kunstenaar. De humanistische psychologie probeert met andere woorden een pathologiserende kijk op de mens te vermijden.²

² Carl Rogers en Abraham Maslow worden gezien als de twee grondleggers van de humanistische psychologie. Maslow (1968) stelde enigszins gechargeerd dat Freud een psychologie voor zieken had geschreven en dat hij daarom een psychologie voor gezonde mensen moest aanvullen. In het algemeen maakt de humanistische psychologie een onderscheid tussen pathologische condities en de zogenaamde psychoneuroses (Dabrowski, 1972). Met de psychoneuroses worden de psychische onrust en het onaangepast gedrag bedoeld die ontstaan wanneer een gezond persoon zichzelf wil verwerkelijken en daarbij in conflict komt met zijn of haar sociale omgeving en de waarden die daarin gelden.

Het vertrouwen in de actualiserende tendens in ieder mens is de reden dat de humanistische psychologie in een therapeutische setting de cliënt centraal stelt. Mentale problemen kunnen ontstaan doordat factoren in de omgeving de inherente drang tot ontwikkeling belemmeren. De *cliëntgerichte psychotherapie* van Rogers heeft dan ook tot doel om de cliënt te helpen weer in contact te komen met de actualiserende tendens in zichzelf. Daartoe is het allereerst nodig dat de therapeut een beschutte omgeving biedt, waarin de cliënt de eigen ontwikkeling weer ter hand kan nemen. Rogers onderscheidt drie fundamentele houdingen van de therapeut die hiertoe bijdragen: *empathie* als het vermogen zich in de innerlijke gevoelswereld van de cliënt te verplaatsen; *congruentie* als het vermogen om een authentieke en gelijkwaardige relatie met de cliënt aan te gaan; en de *onvoorwaardelijke aanvaarding* van de cliënt zonder oordeel of verwachting (Rogers, 1961).

§ 5 Positieve desintegratie

Terwijl in de jaren '50 de humanistische psychologie in Amerika ontstond als reactie op het behaviorisme en de psychoanalyse, werkte de Poolse psychiater en psycholoog Kazimierz Dabrowski aan de andere kant van het ijzeren gordijn aan een eigen theorie over de ontwikkeling van de persoonlijkheid. In zijn theorie van positieve desintegratie stelt hij dat persoonlijke groei onmogelijk is zonder periodes van psychische onrust, innerlijke conflicten en onaangepastheid aan de sociale omgeving (Dabrowski, 1964; 1972). Deze verschijnselen zijn niet pathologisch, maar duiden op een *desintegratie* van lagere functies en waarden van de persoonlijkheid. Omdat het eigenlijke doel van de ontwikkeling de vorming van een eigen en authentieke persoonlijkheid is die op een hoger niveau met haar eigen waarden geïntegreerd raakt, noemt Dabrowski het proces van desintegratie *positief*. Het proces van positieve desintegratie wordt aangestuurd door *dynamismen*: biologische en mentale krachten die van invloed zijn op de ontwikkeling en het gedrag van de persoon. In zijn werk onderzoekt Dabrowski de voorwaarden voor het proces van positieve desintegratie en schetst hij de verschillende stadia van de ontwikkeling van de persoonlijkheid.

Volgens Daniels en Piechowski (2008, p. 7) zijn de twee fundamentele begrippen van Dabrowski's theorie het *ontwikkelpotentieel* en de *meerlagigheid*. In de volgende paragrafen

zal ik elk van deze termen uitwerken. In het kader van mijn tweede leervraag zal ik de theorie van Dabrowski verduidelijken aan de hand van de ontwikkeling van begaafde jongeren. Zoals eerder opgemerkt is de theorie van positieve desintegratie een brede theorie over de ontwikkeling van de persoonlijkheid, maar heeft zij in de huidige tijd haar voornaamste toepassing gekregen in de begeleiding van hoogbegaafde jongeren en (jong)volwassenen.

§ 6 Ontwikkelpotentieel

De term *ontwikkelpotentieel* verwijst naar de bij de geboorte meegekregen gaven en talenten. Hoe groter het ontwikkelpotentieel voor een persoon, des te meer mogelijkheden zijn er voor gevorderde ontwikkeling van de persoonlijkheid. Dabrowski (1972) onderscheidt drie componenten van het ontwikkelpotentieel: (1) *overprikkelaarheden*; (2) *bijzondere vermogens en talenten*; (3) *autonome factoren*. Het ontwikkelpotentieel geeft slechts aan welke ontwikkeling er voor een persoon mogelijk is. Hoe dit potentieel in het leven van een persoon zal worden verwerkelijkt is onder meer afhankelijk van de keuzes van de persoon zelf en van de sociale omgeving, die een gunstige of ongunstige invloed op de ontwikkeling kan uitoefenen. Ik zal nu de drie componenten van het ontwikkelpotentieel bespreken.

Dabrowski (1972) gebruikt de term *overprikkelaarheid* om een hogere capaciteit aan te duiden om gestimuleerd te raken door prikkels. Hij onderscheidt vijf soorten overprikkelaarheden: psychomotorisch, sensueel, emotioneel, verbeeldend, intellectueel. Een persoon met één of meer overprikkelaarheden ervaart het leven intenser en dieper dan anderen. Overprikkelaarheid betekent niet alleen dat iemand méér ervaart, maar ook dat de ervaring een andere kwaliteit en textuur heeft. Omdat de begaafde persoon voortdurend door prikkels gestimuleerd wordt zal hij of zij vaak ook opvallend gedrag vertonen. Daniels en Piechowski (2008, p. 9) geven een korte beschrijving van de vijf soorten overprikkelaarheden (zie figuur 1).

Het is niet zo verwonderlijk dat Dabrowski's idee van overprikkelaarheden weerklank heeft gevonden in de begeleiding van hoogbegaafde kinderen. Deze kinderen laten vaak al op jonge leeftijd een grotere energie en beweeglijkheid zien. Op school vallen

ze op doordat ze voortdurend vragen stellen en alles kunnen vertellen over hun interessegebied. Ze kunnen niet tegen het labeltje in hun trui of hebben sterke voorkeuren voor kleuren en smaken. Ze bedenken volledige fantasiewerelden en hebben imaginaire vrienden. Ten slotte zijn ze zich al vroeg bewust van het onrecht in de wereld en voelen zich verantwoordelijk om daar iets aan te doen (Daniels & Meckstroth, 2008). Overigens wil dit niet zeggen dat alle hoogbegaafde kinderen dergelijk opvallend gedrag vertonen. Niet alleen verschillen deze kinderen ook onderling van elkaar, maar ook leren zij al vroeg dat andere mensen de wereld niet zo intens ervaren als zij. Het is daarom mogelijk dat zij uit zelfbescherming hun grotere gevoeligheid op verschillende gebieden verbergen (Jackson & Moyle, 2008).

Psychomotorisch – een groter vermogen tot activiteit, beweging, rusteloosheid, gedrevenheid.

Sensueel – een verfijnde en levendige zintuiglijke ervaring.

Intellectueel – een verlangen naar kennis, ontdekking en vragen, houden van ideeën en theoretische analyse, zoeken naar de waarheid.

Verbeeldend – een levendige fantasie, rijke associaties, gemakkelijk kunnen dromen, fantasieën, uitvindingen, speelgoed en andere objecten tot leven brengen, voorkeur voor het ongewone en unieke.

Emotioneel – een diep en intens gevoelsleven uitgedrukt in een waaier aan emoties, van grote blijdschap tot diepe droefheid of wanhoop, compassie, verantwoordelijkheid, zelfonderzoek.

Figuur 1. *De vijf overprikkelbaarheden* (Daniels & Piechowski, 2008, p. 9).

Als tweede component van het ontwikkelpotentieel noemt Dabrowski *bijzondere vermogens en talenten* (1972). Uit mijn eigen begeleidingspraktijk denk ik bijvoorbeeld aan jongeren die een groot talent voor talen en muzikaliteit met elkaar combineren, maar ook aan jongeren die leiderschapskwaliteiten en een grote praktische intelligentie bezitten. De bijzondere vermogens en talenten in de theorie van Dabrowski laten zich goed vergelijken met de *begaafdheidsfactoren* die de Duitse psycholoog Kurt Heller in zijn multifactorenmodel van begaafdheid onderscheidt (Ziegler & Heller, 2000). Heller noemt er zeven: intellectuele capaciteiten, creatieve vermogens, sociale competentie, praktische intelligentie, artistieke capaciteiten, muzikaliteit en psychomotoriek. Het gaat in beide theorieën dus om specifieke

vermogens en talenten die bij begaafde kinderen vaak al op jonge leeftijd aan het licht treden (Daniels & Meckstroth, 2008). Deze vermogens en talenten vormen als het ware het ruwe materiaal voor de ontwikkeling van de persoon.³

De laatste component van het ontwikkelpotentieel noemt Dabrowski *autonome factoren*. Het gaat hier om dynamismen die in een later stadium van de ontwikkeling van de persoonlijkheid een rol gaan spelen. Dabrowski kent met name een belangrijke rol toe aan de *derde factor*. Dit dynamisme wordt zo genoemd omdat het onafhankelijk is van erfelijkheid (de eerste factor) en de invloed van de omgeving (de tweede factor). De derde factor is namelijk het vermogen om bewuste keuzes te maken door eigenschappen, belangen en verlangens die men in zichzelf of in de omgeving aantreft te waarderen (Dabrowski, 1970). Met behulp van de derde factor onderscheidt iemand wat in zichzelf en in de omgeving het nastreven waard is en wat niet. De derde factor speelt daarom een belangrijke rol in de ontwikkeling van een *authentieke persoonlijkheid*. Met deze term bedoelt Dabrowski een persoon die een hoge mate van eenheid laat zien in zijn denken, voelen en handelen en bewuste keuzes maakt in overeenstemming met een autonoom ontwikkelde hiërarchie van waarden (Dabrowski, 1972).

§ 7 Meerlagigheid

Het tweede fundamentele begrip van Dabrowski's theorie is *meerlagigheid*. Meerlagigheid verwijst naar het idee dat het innerlijk leven van de mens zich op verschillende niveaus kan afspelen. De ontwikkeling van de persoonlijkheid vindt plaats in een omgeving die Dabrowski het *interne psychische milieu* noemt. Dit milieu begint zich te vormen wanneer de persoon de blik naar binnen richt en zich bewust wordt van een spanning of conflict in zichzelf. Het gaat hier om de spanning tussen wat de persoon beoordeelt als lagere en hogere vormen van zijn persoonlijkheid, tussen de mens die hij nu is en het ideaal van de persoonlijkheid

³ Een belangrijk verschil tussen het model van Heller en de theorie van Dabrowski is het doel waarop de ontwikkeling gericht is. In het multifactorenmodel van Heller zijn dit prestatiegebieden zoals wiskunde, vreemde talen of sport. Voor Dabrowski is het doel van ontwikkeling daarentegen de vorming van een authentieke persoonlijkheid met zelfgekozen waarden. Uit dit verschil blijkt duidelijk dat ook wetenschappelijke modellen een bepaald mensbeeld en bepaalde waarden veronderstellen.

waar hij naar streeft. Aan het begin van de ontwikkeling is dit ideaal nog niet volledig tot bewustzijn gekomen, maar wordt door de persoon gevoeld als het einddoel van de persoonlijke groei en innerlijke transformatie (Daniels & Piechowski, 2008, p. 22-24).

Dabrowski onderscheidt vijf stadia in de ontwikkeling van de persoonlijkheid. De eerste twee stadia noemt hij *eenlagig* of *horizontaal* omdat er nog geen bewustzijn is van hogere en lagere waarden in de persoon zelf. In het eerste stadium (*primaire integratie*) heeft de persoon nog weinig introspectie en ervaart dan ook geen innerlijk conflict. Naast een gebrek aan zelfbewustzijn zijn de gerichtheid op zichzelf (egocentrisme) en impulsief handelen kenmerkend. De persoon gebruikt zijn intelligentie voor het nastreven van driften als overleven, succes en voortplanting. Hij is aangepast aan zijn sociale groep en heeft de waarden die daarbinnen gelden als vanzelfsprekend overgenomen. Er heeft zich nog geen innerlijk psychisch milieu gevormd waarbinnen een transformatie van de persoonlijkheid zou kunnen plaatsvinden (Dabrowski, 1970).⁴

Het tweede stadium (*eenlagige desintegratie*) kan aanbreken naar aanleiding van biologische veranderingen zoals de puberteit en menopauze, of bij ingrijpende levensgebeurtenissen. De spanning die de persoon in dit stadium ervaart gaat echter gepaard met een minimum aan zelfbewustzijn (Dabrowski, 1972). Wanneer er sprake is van een innerlijk conflict tussen drijfveren of emoties ervaart de persoon deze als gelijkwaardig en van eenzelfde intensiteit. Dit resulteert in snelle afwisselingen van gemoedstoestanden als vreugde of verdriet (*ambivalentie*) en / of het zich beurtelings aangetrokken en afgestoten voelen door hetzelfde object (*ambitendentie*). De persoon wordt heen en weer geslingerd omdat hij nog geen stabiel besef van een zelf heeft. Omdat er nog geen innerlijke hiërarchie van waarden is uitgekristalliseerd vindt het conflict als het ware op één niveau oftewel *horizontaal* plaats. Kenmerkend is dan ook dat de oplossingen die de persoon voor zijn levensproblemen zoekt vaak verschillende versies van hetzelfde zijn: na het stuklopen van een relatie vindt de persoon een partner die op de vorige lijkt. Een geloofscrisis leidt tot

⁴ Dabrowski definieert het *innerlijke psychische milieu* als het deel van de psyche waar de mens het conflict aangaat met zichzelf en als het geheel van *dynamismen* die bewust of onbewust in de persoon werkzaam zijn. Er bestaat binnen de theorie een onderscheid tussen het psychische milieu in algemene en in strikte zin. In algemene zin bestaat het psychische milieu al vanaf de eerste stadia van eenlagige of horizontale ontwikkeling. Kenmerkend voor deze stadia is dat dynamismen als driften en emoties nog niet hiërarchisch geordend zijn, d.w.z. dat de persoon geen bewustzijn heeft van 'hoger' en 'lager' in zichzelf. In strikte zin ontstaat het innerlijke psychische milieu als hiërarchische structuur pas vanaf het stadium van de spontane meerlagige desintegratie (Dabrowski, 1970; 1972).

het volgen van een andere levensbeschouwing, die net zoveel houvast biedt als de vorige (Daniels & Piechowski, 2008, p. 23).

De volgende twee stadia noemt Dabrowski *meerlagig* of *verticaal* omdat de persoon zich bewust wordt van hogere en lagere waarden in zichzelf. Het derde stadium (*spontane meerlagige desintegratie*) kan aanbreken onder invloed van ingrijpende levensgebeurtenissen of een innerlijke verandering in de psyche. Kenmerkend is de spontane werking van de in dit stadium optredende dynamismen. De persoon ervaart eerst gevoelens van *verbazing* over zichzelf. De persoon verwondert zich omdat hij begint te handelen vanuit zijn eigen kwaliteiten en waarden. Maar hij ervaart ook *ontevredenheid* met zichzelf omdat hij nog niet kan voldoen aan het eigen ideaal van de persoonlijkheid. Onder de spontane invloed van deze twee dynamismen vindt een desintegratie plaats van de structuren van de persoonlijkheid die lager worden gewaardeerd en ontstaan er op een hoger niveau nieuwe structuren. Er vindt een geleidelijke groei plaats in de mate van zelfbewustzijn en zelfbeheersing. Het innerlijke psychische milieu ontwikkelt zich tot een hiërarchische structuur van driften, gevoelens en gedachten die de persoon als 'hoger' en 'lager' waardeert. De bewustwording en stabilisering van het innerlijk leven vormt de basis voor de verdere ontwikkeling van de persoonlijkheid (Dabrowski, 1970).

In het vierde stadium (*georganiseerde meerlagige desintegratie*) kan de persoon dankzij een toegenomen mate van zelfbewustzijn de eigen ontwikkeling van de persoonlijkheid steeds meer sturen. De persoon zet de in dit stadium werkzame dynamismen dan ook als *autonome factoren* in. Met behulp van *innerlijke psychische transformatie* kan de persoon het eigen persoonlijkheidstype omvormen, bijv. door extraverte karakterkenmerken bij anderen te observeren en de eigen introverte persoonlijkheid daarmee te verrijken. Daarmee hangt de *derde factor* samen als het vermogen om eigenschappen die men in zichzelf of in de omgeving aantreft bewust te aanvaarden of af te wijzen. Het resultaat van beide is *autonomie*, dat wil zeggen de onafhankelijkheid van driften uit lagere niveaus en invloeden uit de externe omgeving. Het hoogste dynamisme is het *persoonlijkheidsideaal*. Dit is de standaard waar de persoon voor zichzelf aan tracht te voldoen en het doel van de ontwikkeling. De verwerkelijking van het persoonlijkheidsideaal betekent dat men gaat handelen naar de waarden die men voor

zichzelf heeft vastgesteld en weigert om zich aan te passen aan lagere emoties en driften (Dabrowski, 1970; 1972).

In het vijfde stadium (*secundaire integratie*) wordt de *persoonlijkheid* geboren. Dabrowski definieert de persoonlijkheid als een bewust door de persoon zelf gekozen en bepaalde eenheid van kwaliteiten en functies. Als kenmerken van de persoonlijkheid noemt hij onder meer het doorleefde bewustzijn van het eigen ideaal, een intens emotioneel leven, het open staan voor nieuwe ervaringen en een hoge mate van zelfinzicht. De op dit niveau werkzame dynamismen zijn het persoonlijkheidsideaal, autonomie en *authenticiteit*: de eenheid in het eigen denken, voelen en handelen als resultaat van de autonoom ontwikkelde hiërarchie van waarden. De persoonlijkheid is een stabiele structuur. Het is niet mogelijk om waarden op te geven die men door een langdurig en pijnlijk proces van innerlijke psychische transformatie heeft verworven. Hoewel de persoon natuurlijk nieuwe kwaliteiten kan verwerven, blijven de persoonlijkheidskenmerken die in het proces van positieve desintegratie zijn gevormd behouden (Dabrowski, 1970; 1972). De vijf stadia van positieve desintegratie zijn in bijlage A visueel voorgesteld.

§ 8 Dabrowski in de praktijk

Het lijkt erop dat de theorie van positieve desintegratie in Nederland vooral nog wordt toegepast bij de begeleiding van kinderen en (jong)volwassenen. Zo heeft Saskia Claassens-Hopstaken (2019) de *Intenso*-methode voor kinderen en jongeren (7 tot 12 jaar) ontwikkeld om op een speelse manier met de vijf overprikkelaarheden te leren omgaan. De methode verbeeldt de overprikkelaarheden door vijf draakjes die elk hun eigen talent hebben. De draakjes zijn een vijfling en beleven avonturen die overeenkomen met ervaringen die gevoelige en begaafde kinderen meemaken. In Nederland en Vlaanderen bestaat ook de *Kenniscommunity Positieve Desintegratie*, een groep psychologisch en pedagogisch begeleiders van met name (jong)volwassenen, die de theorie van Dabrowski bij een groter publiek onder de aandacht probeert te brengen. Hieronder schets ik drie beginselen die ik op basis van de humanistische psychologie en de theorie van positieve desintegratie binnen mijn eigen praktijk zou willen toepassen in de begeleiding van middelbare scholieren.

1) *Herkenning*. Kennis van de theorie van positieve desintegratie helpt om met een andere blik te kijken naar de jongeren die in mijn praktijk komen. We leven in een tijd waarin de tendens bestaat om afwijkend gedrag te pathologiseren. Bij een druk kind denken ouders of school bijvoorbeeld al snel aan ADHD. Hierdoor ontstaat het gevaar van misdiagnose bij getalenteerde jongeren die één of meer van de overprikkelbaarheden bezitten. Misdiagnose van hoogbegaafden is een probleem dat al langere tijd bekend is (Webb et al., 2016). De twee specifieke consequenties ervan zijn een onjuiste behandeling en het ontbreken van een behandeling die wél passend is. De theorie van Dabrowski geeft de begeleider de mogelijkheid om het gedrag van de jongere in een ander licht te zien, bijvoorbeeld door druk gedrag te zien als de uiting van de psychomotorische overprikkelbaarheid van een begaafd kind. De begeleider heeft de moeilijke taak om te onderscheiden welk gedrag van de jongere onderdeel is van de normale ontwikkeling van de persoonlijkheid en wat deze ontwikkeling juist in de weg staat (Amend, 2008). We zien hier duidelijk het onderscheid terug dat in de humanistische psychologie wordt gemaakt tussen pathologisch gedrag dat voortkomt uit een beperking of stoornis en psychoneurosen die duiden op persoonlijke groei.

2) *Aanvaarding*. Volgens de theorie van Dabrowski zijn perioden van desintegratie, angst en onaangepast gedrag noodzakelijk voor de ontwikkeling van de persoonlijkheid. Dit is een belangrijk verschil met gangbare visies op geestelijke gezondheid. Tegenwoordig lijkt het wel of elke vorm van niet-functioneren zo snel mogelijk therapeutisch of medicinaal moet worden behandeld. Dabrowski stelt daarentegen dat onaangepast gedrag erop kan wijzen dat de persoonlijkheid zich aan het ontwikkelen is. Wanneer we gedrag dat afwijkt van de norm pathologisch benaderen of zelfs medicinaal behandelen nemen we het risico dat we de ontwikkeling van de persoonlijkheid afremmen. Wanneer jongeren in mijn praktijk onaangepast gedrag vertonen probeer ik daarom dit gedrag te aanvaarden en te sturen richting een gezonde ontwikkeling van de persoonlijkheid. Een voorbeeld uit mijn praktijk is een meisje met een zeer rijke fantasie, in termen van de theorie van Dabrowski dus een verbeeldende overprikkelbaarheid. Toen zij in mijn praktijk kwam gebruikte zij haar verbeelding vaak om in een veilige fantasiewereld te vluchten die op grote afstand stond van het schoolleven. Een week geleden heeft zij echter voor het vak Engels een presentatie gehouden over haar gedroomde school, waar vakken als astrologie en kruidenkunde worden

gegeven. Op deze manier ervaart dit meisje dat haar grote fantasie een bron van kracht kan zijn die zij ook op school kan gebruiken om haar doelen te bereiken.

3) *Actualisering*. De aanleiding dat jongeren in mijn praktijk komen is meestal dat zij zijn vastgelopen op de middelbare school. Vaak is de jongere in het verleden al eens blijven zitten of van school veranderd en hebben deze ervaringen het zelfbeeld negatief beïnvloed. Voor de therapeutische setting van mijn praktijk laat ik mij inspireren door de *cliëntgerichte psychotherapie* van Carl Rogers. Ik zie mijn praktijk als een wijkplaats, waarin jongeren de rust vinden om op hun eigen manier te leren omgaan met de vaak grote druk en verwachtingen uit de sociale omgeving. Het voornaamste doel van de begeleiding is het kind weer in contact te brengen met de actualiserende tendens in zichzelf. Dat gebeurt door een vergroting van de zelfkennis en doorleefd inzicht in de eigen persoonlijkheid (Roepers, 2008). Wanneer de jongere zichzelf beter leert kennen en meer vaardigheden verwerft, zal het ook in staat zijn om het hoofd te bieden aan de druk die het op school ervaart. Het opdoen van positieve leerervaringen draagt vervolgens bij aan de heling van het beschadigde zelfbeeld. Ik vertrouw met andere woorden op de uitspraak van de filosoof Hegel dat *het leven de wonden van de geest kan helen zonder littekens achter te laten* (Gadamer, 1940).

§ 9 Conclusies en aanbevelingen

De theorie van positieve desintegratie is een omvattende theorie over de ontwikkeling van de menselijke persoonlijkheid. We zouden de persoonlijkheid de heilige graal van deze theorie kunnen noemen: het eigenlijke doel waar al ons streven zelfs onbewust op gericht is. En juist zoals in de legende van Parcival wordt deze graal niet bereikt dan na vele avonturen en beproevingen. Het inzicht van Dabrowski dat de desintegratie van de persoonlijkheid en de psychische onrust die hiermee gepaard gaat noodzakelijk zijn voor een hogere ontwikkeling bevat een belangrijke les voor onze tijd. Existentieel lijden en onaangepastheid aan de omgeving zijn geen tekorten die moeten worden verholpen om weer te kunnen

functioneren op school of op het werk, maar stadia op de moeizame weg naar een authentieke persoonlijkheid met zelfgekozen waarden.⁵

Aan het begin van dit onderzoek schreef ik dat een belangrijke doelstelling tijdens mijn opleiding is om mijn achtergrond in de filosofie te verbinden met mijn specialisatie in de pedagogiek. Wanneer ik mij nu afvraag welke historische persoon voor mij een voorbeeld is van een secundair geïntegreerde persoonlijkheid, dan denk ik aan Socrates. Zoals bekend was Socrates een opvallende verschijning in het Athene van de vijfde eeuw vóór Christus. Hij was meestal te vinden op de markt of in de sportscholen (*gymnasia*), waar hij met jong en oud gesprekken voerde over de vraag wat zaken als moed en deugd eigenlijk betekenen. Hij spoorde zijn medeburgers aan om zichzelf te onderzoeken en zei dat het niet onderzochte leven het niet eens waard is om te worden geleefd. Zijn optreden maakte hem geliefd bij de Atheense jongeren, maar wekte ergernis bij lieden die het niet konden verdragen dat hij in het openbaar hun onwetendheid aantoonde. Socrates werd daarom aan het einde van zijn leven aangeklaagd wegens het bederven van de jeugd en het invoeren van nieuwe goden. Dat laatste verwees naar Socrates' *daimonion* of innerlijke stem, die hij altijd volgde en die hem waarschuwde voor onjuist handelen. Ook tijdens zijn proces bleef Socrates trouw aan zijn eigen waarden – hij weigerde te smeken voor zijn rechters en vergeleek zichzelf met een horzel die door de goden naar de stad Athene was gezonden om de inwoners wakker te houden.

Uit het bovenstaande voorbeeld blijkt iets van mijn eigen waarden, die de levende ondergrond zijn waarin mijn manier van begeleiden geworteld is. Volgens de Nederlandse pedagoog Bernard Lievegoed (1946/2008) gaat elke pedagogiek uit van een bepaalde levensbeschouwing. Zij is namelijk gericht op een mensbeeld, waarnaar men het kind in de opvoeding wil vormen. In de westerse geschiedenis zijn verschillende mensbeelden ontstaan, waaronder het huidige ideaal van de arbeider en wetenschapper, die zich heeft gespecialiseerd om op één gebied van een complexe samenleving tot hoge prestaties te komen. Dit is dan ook het eenzijdige beeld dat in onze maatschappij van hoogbegaafde mensen bestaat. Maar mijn mensbeeld is veeleer dat van de Griekse gymnast, die zich naar

⁵ Dabrowski drukt deze gedachte kort en bondig uit in *Existential thoughts and aphorisms*, dat hij schreef onder het pseudoniem Paul Cienin: 'Inner anxiety, inner conflicts, maladjustments, sorrows, and disruptions— everything that demeans our position in the scale of common values, work toward our passage to a world of higher values.' (Cienin, 1972, p. 7).

lichaam en geest harmonieus heeft ontwikkeld, opdat het lichaam geheel instrument van de geest kan zijn. Volgens de klassieke filosofie is de geest, als het vermogen om te denken, namelijk het meest eigene en kostbare van de mens. In navolging van Socrates probeer ik dan ook het denken in mijn leerlingen te wekken, zodat zij door zélf nadenken hun eigen waarden en weg door het leven zullen vinden. Ik zou dan ook graag willen afsluiten met een citaat van de Griekse dichter Menander, die in één van zijn overgeleverde fragmenten schrijft:

‘Wat een prachtig iets is de mens, als hij een mens is!’

Literatuur

Amend, E. (2008). Dabrowski's Theory: Possibilities and Implications of Misdiagnosis, Missed Diagnosis, and Dual Diagnosis in Gifted Individuals. In S. Daniels & M. Piechowski (Eds.), *Living with Intensity* (pp. 83—103). Great Potential Press.

Cienin, P. (1972). *Existential thoughts and aphorisms*. Gryf Publications.

Claassens-Hopstaken, S. (2019). *Een nieuwe school voor de Intenso's*. Brave New Books.

Dąbrowski, K. (1964). *Positive disintegration*. Little Brown & Co.

Dąbrowski, K., Kawczak, A., & Piechowski, M. (1970). *Mental Growth Through Positive Disintegration*. Gryf Publications.

Dąbrowski, K. (1972). *Psychoneurosis is Not An Illness*. Gryf Publications.

Daniels, S., & Piechowski, P. (2008). Embracing Intensity: Overexcitability, Sensitivity, and the Developmental Potential of the Gifted. In S. Daniels & M. Piechowski (Eds.), *Living with Intensity* (pp. 3—17). Great Potential Press.

Daniels, S., & Piechowski, P. (2008). Dabrowski's Levels and the Process of Development. In S. Daniels & M. Piechowski (Eds.), *Living with Intensity* (pp. 19—29). Great Potential Press.

Daniels, S., & Meckstroth, E. (2008). Nurturing the Sensitivity, Intensity, and Developmental Potential of Young Gifted Children. In S. Daniels & M. Piechowski (Eds.), *Living with Intensity* (pp. 33—56). Great Potential Press.

Gadamer, H.-G. (1940). Hegel und der geschichtliche geist. *Zeitschrift Für Die Gesamte Staatswissenschaft / Journal of Institutional and Theoretical Economics*, 100(1/2), 25–37.
<http://www.jstor.org/stable/40747005>

Greening, T. (2006). Five Basic Postulates of Humanistic Psychology. (2006). *Journal of Humanistic Psychology*, 46(3), 239–239. <https://doi.org/10.1177/002216780604600301>

Jackson, P., & Moyle, V. (2008). Inner Awakening, Outward Journey: The Intense Gifted Child in Adolescence. In S. Daniels & M. Piechowski (Eds.), *Living with Intensity* (pp. 57—71). Great Potential Press.

Jaeger, W. (1934–1947). *Paideia: Die Formung des griechischen Menschen*. 3 Bände. Walter de Gruyter & Co.

Lievegoed, B. (2008). *Ontwikkelingsfasen van het kind*. (C. Amons & R. Bakker, Eds.). Christofoor (Original work published in 1946).

Maslow, A. (1954). *Motivation and personality*. Harper.

Maslow, A. (1962). *Toward a Psychology of Being*. Van Nostrand.

Perls, F., Hefferline, R., & Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. Delta Book.

Roeper, A. (2008). The Emperor Has No Clothes: Exquisite Perception, Stress, and the Gifted Child. In S. Daniels & M. Piechowski (Eds.), *Living with Intensity* (pp. 73—82). Great Potential Press.

Rogers, C. (1951). *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. Constable.

Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Constable.

Stavinoha, L. (2022). *Voice: A multifaceted approach to self-growth and vocal empowerment*. Uitgeverij Leessst.

Tillier, W. (2008). Kazimierz Dąbrowski: The man. In S. Mendaglio (Ed.), *Dąbrowski's Theory of Positive Disintegration* (pp. 3-11). Great Potential Press.

Webb, J. T., Gore, J. L., Amend, E. R., Webb, N. E., Goerss, J., Beljan, P., & Olenchak, F. R. (2005). *Misdiagnosis and dual diagnoses of gifted children and adults: ADHD, bipolar, OCD, Asperger's, depression, and other disorders*. Great Potential Press.

Ziegler, A., & Heller, K. A. (2000). Conceptions of giftedness from a meta-theoretical perspective. In K.A. Heller, F.J. Mönks, R.J. Sternberg & R.F. Subotnik (Eds.), *International handbook of giftedness and talent* (pp. 3—21). Elsevier Science Ltd.

Bijlage A. De stadia van positieve desintegratie

