

# Boekbespreking

**Dr. Froukje D. Wirtz**  
152 pagina's  
ISBN 9789024417681  
Prijs € 19,80  
Soest, Uitgeverij Nelissen

Tekst Joseph Kessels

## **Achter het masker van de persoonlijkheid** Gids tot zelfkennis voor individu en coach

Je staat er in het leven in feite alleen voor. Je moet het hebben van je eigenwaarde, kracht en zelfverzekerdheid. Je moet trots op jezelf kunnen zijn. Maar je kunt het niet in je eentje, je hebt de ander nodig die zorgzaam is, tederheid biedt, voor intimiteit zorgt en genegenheid geeft. Daarbij riskeer je dat je teleurgesteld wordt. Je bent bang om verwachte sympathie, aandacht en liefde te verliezen. Je wilt jezelf beschermen tegen anderen die je willen overheersen, omdat je voelt dat je misschien wel de mindere bent. Deze dreigingen uit de buitenwereld leveren grote existentiële angsten op die we voortdurend, veelal onbewust, de baas proberen te worden. Met gevarieerde beschermingsmaatregelen zorgen we ervoor dat we ons staande kunnen houden in een onzekere en diffuse wereld, zodat we ons eigen leven vorm kunnen geven op een manier waarvan we denken dat die bij ons past.

### **Een gids tot zelfkennis**

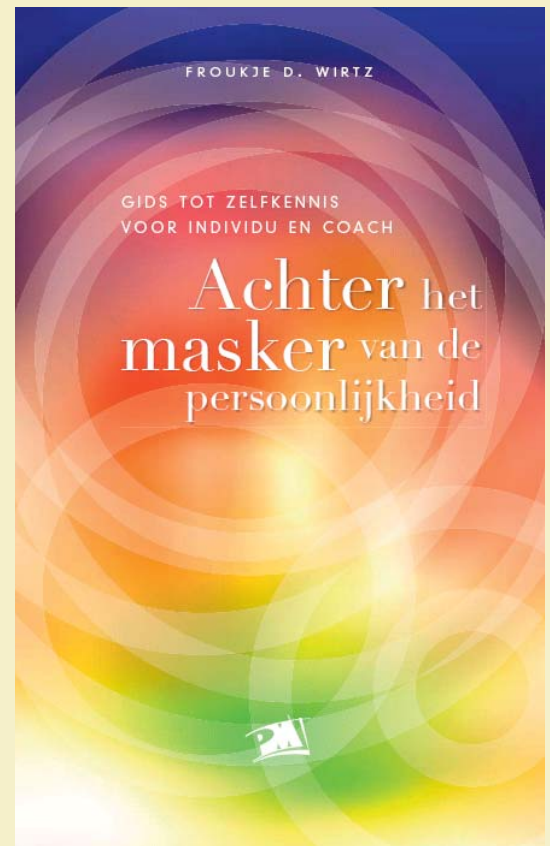
Froukje Wirtz heeft een handzaam boek geschreven, waarin ze hulp biedt om zelf op onderzoek te gaan naar de manier waarop onze persoonlijkheid een balans probeert te vinden tussen onze innerlijke bestaanswijze en ons gedrag naar buiten toe. Zij biedt in de vorm van een zelfonderzoek toegang tot het grondpatroon van onze persoonlijkheid. Het zelfinzicht geeft ook informatie over onze favoriete afweermechanismen, het zelfbedrog, onze levensleugens en andere strategieën die we ontwikkelen voor het behoud van

een zekere gemoedsrust. Niet dat we dat grondplan kunnen veranderen, we kunnen het wel onder ogen zien. Het bewustwordingsproces is een vorm van ontmaskering; het kan leiden tot 'een drama van acceptatie' (p.141), maar ook tot een bevrijdend feest van herkenning. De aanvaarding van je persoonlijkheidsstructuur kan je een grotere autonomie over je eigen leven verschaffen en mogelijk de kwaliteit van je relaties met mensen om je heen verhogen.

Hoewel spannend, is een dergelijk diepgaand zelfonderzoek waarschijnlijk ook een voorwaarde om als professional op het gebied van opleiden, leren, coachen en begeleiden een betekenisvolle bijdrage te kunnen leveren aan de ontwikkeling van anderen.

### **De mentaliteitenleer van P. van de Griend**

De persoonlijkheidstheorie van Prof. Dr. Ir. Pieter van de Griend (1922 - 2001) vormt de inhoudelijke basis voor het beschreven zelfonderzoek. Van de Griend ziet als grondslag van zijn theorie vier geestesgesteldheden, grondhoudingen of mentaliteiten. Elke mentaliteit is een combinatie van een bestaansfunctie die betrekking heeft op de binnenwereld en een gedragsfunctie die zich manifesteert in de buitenwereld. De bestaansfunctie kan zich in de loop van de opvoeding ontwikkelen tot een overwegend afstandelijke dan wel betrokken houding. De gedragsfunctie ontwikkelt zich met een overwegend aanpassend dan wel handhavend repertoire. Deze onderscheidingen leveren vier mentaliteiten op: de Afhankelijke, de Onderwerpente, de Isolerende en de Conformerende mentaliteit. De Afhankelijke mentaliteit is opgebouwd uit een combinatie van betrokkenheid en aanpassing. Een gebrek aan zelfvertrouwen leidt hier tot een afhankelijke aanpassing, die voortkomt uit een onmachtservaring om zich op eigen kracht te handhaven. De Onderwerpente mentaliteit vormt de combinatie van betrokkenheid en handhaving. De angst om de mindere te zijn kan men



overwinnen door de ander te beheersen, om zo toch zichzelf te zijn. Die behoefte aan overheersing kan zich uiten in een vorm van dienstvaardigheid die de gevoelde onmacht omzet in superioriteit. De Isolerende mentaliteit verbindt distantie met aanpassing. Het gebrek aan vertrouwen in de ander kan leiden tot een diepgevoelde angst om als persoon afgewezen te worden. Je vlucht daarom voor de ander om vrij te zijn. Deze gerichtheid op de vrijheid om zichzelf te kunnen zijn, met als gevolg afzijdigheid, wordt echter gemaskeerd door een aanpassing aan de ander. De Conformerende mentaliteit bestaat uit de combinatie van distantie en handhaving. In deze mentaliteit overheerst de angst zich uitgestoten te voelen. Het zich conformeren aan de ander kan een vorm van intolerantie en afwijzing maskeren.

### **Het zelfonderzoek**

De auteur leidt haar lezer in 10 hoofdstukken door het zelfonderzoek heen.

De gids tot zelfkennis bestaat uit een zevental stappen: het besluit tot zelfonderzoek (1), de reflectie waarin je jezelf van een afstand waarneemt (2), de zelfanalyse en ontmaskering, waarin je je eigen persoonlijkheidsstructuur beschouwt (3), een conceptuele reflectie, waarbij een systematische confrontatie van logica en ervaring plaatsvindt (4), een voortdurende, feitelijke en conceptuele herkenning (5), feedback door anderen (6), en ten slotte de stap van bewuste acceptatie en zelfaanvaarding (7). Het is deze zelfaanvaarding die kan leiden tot een bevrijding, een grotere autonomie en een betere kwaliteit van de relaties met anderen.

Een dergelijk diepgaand inzicht in je persoonlijkheid kan tot relativering leiden, wat bij Wirtz betekent dat men zijn eigen basisstructuur van betrokkenheid en distantie, en van aanpassing en handhaving ten volle accepteert. Het maakt je bewust van je blinde vlekken en je Achilleshiel die voortkomt uit de manier waarop je onbewust omgaat met je angsten. Als je dit alles onder ogen ziet, kun je beter beslissen of bijvoorbeeld het werk wat je doet bij je past, en of je aan de eisen die de omgeving stelt tegemoet kunt komen. Het verworven zelfinzicht kan helpen bij het beter begrijpen van de ander, met name in de professionele relatie van begeleiding en coaching.

### Wetenschappelijke traditie

Ik leerde het werk van Van de Griend kennen bij het bestuderen van het proefschrift van Froukje Wirtz in 1997, dat voornamelijk gebaseerd is op zijn theorie (Wirtz, 1997). Hij was voor mij onbekend en geniet vooral bij een kleine groep Nederlandse kenners belangstelling. Niet zo lang geleden schreef Niske Verwey een stuk over Van de Griend in de rubriek *Helden* van het tijdschrift *Leren in Ontwikkeling* (Verweij, 2006). Er bestaat ook een Stichting Onderwijs Mentaliteitenleer SOM die zich ten doel heeft gesteld om het werk van Van de Griend meer bekendheid te geven. Op de website van deze

stichting zijn een biografie en een bibliografie te vinden (SOM, 2007).

### De angst

Misschien is het belangrijkste vertrekpunt wel de allesoverheersende rol die de angst speelt in het werk van Van de Griend. De wereld is voor mensen niet alleen fundamenteel onzeker, maar ook principieel bedreigend. Wirtz besteedt hier veel aandacht aan en refereert ook uitvoerig aan het werk van Fritz Riemann (1978, 1990), waarin de angst de basis vormt voor een typologie van persoonlijkheden. De persoonlijkheid zou men in deze traditie kunnen opvatten als het ingenieuze mechaniek dat een antwoord probeert te vinden op de voortdurende dreiging die uitgaat van de buitenwereld en dat de angst en onzekerheid die daar het gevolg van zijn, tracht te reduceren. In dit kader refereert Wirtz ook uitvoerig aan de overlevingsstrategieën zoals Karen Horney die beschreven heeft. Horney onderscheidt 'moving towards people': als je van me houdt, zul je me niet kwetsen; 'moving against people': als ik macht heb, zal mij geen kwaad worden gedaan; 'moving away from people': als ik mij terugtrek, kan niets mij kwetsen. Het zijn herkenbare mechanismen waarvan elementen terugkeren in de mentaliteitenleer van Van de Griend. De mens stuit in zijn streven naar autonomie steeds weer op zijn afhankelijkheid van een werkelijkheid die niet buigt voor zijn wil, en die hem niet alleen angst inboezemt, maar ook fascineert.

### Opbrengst van het zelfonderzoek

Met grote belangstelling heb ik de Gids tot Zelfkennis van Froukje Wirtz gelezen. Het boek past in de lange zoektocht van mensen naar antwoorden op de vragen: wie ben ik, en waarom gedraag ik mij zoals ik doe? Het was voor mij echter geen vrolijke literatuur. Niet dat het dat per se zou moeten zijn bij zo'n serieus onderwerp, maar de dominante aanwezigheid van het angstdenken, de afweermechanismen, en het

onvermogen om je op een ongecompliceerde manier tot jezelf en je omgeving te verhouden, maakten me somber. Misschien past de mentaliteitenleer bij een overgevoeligheid voor een onveilig wereldbeeld dat voeding krijgt vanuit een aaneenschakeling van opeenvolgende crises. Natuurlijk ken ik mijn topperige momenten met onbestemde angsten om liefde en sympathie te verspelen, me niet serieus genomen te voelen, dat anderen me overheersen omdat ik me de mindere voel, en om het contact met mijn vertrouwde omgeving te verliezen. Ik ken echter ook het plezier van samen met anderen iets voor elkaar te krijgen, mooie dingen te maken, bijzondere ervaringen te beleven, te genieten van de kwaliteiten en talenten van anderen, en de intense voldoening om bezig te kunnen zijn met zaken die voor mij een wezenlijke betekenis hebben. Het zou best kunnen dat mijn bronnen van vitaliteit in de mentaliteitenleer van Van de Griend en de zelfanalyse van Wirtz geraffineerde maar effectieve mechanismen zijn om mijn fundamentele onzekerheid te reduceren. Mijn poging tot positieve gedachten leidt dan vooral tot een selectieve waarneming, zet mij aan tot aangepaste gedragsgewoontes en is in wezen mijn favoriete afweerreactie tegen de angst. Beleef ik uiteindelijk een gemoedrust door het masker van mijn angst?

### Literatuur

- Riemann, F. (1990). *Psychologie van de angst*. Cothen: Servire. Vertaling van *Grundformen der Angst* (1978).
- SOM (2007). Stichting Onderwijs Mentaliteitenleer. <http://www.mentaliteitenleer.nl>
- Verweij, N. (2006). Helden! Pieter C. van de Griend, in: *Leren in ontwikkeling* Jrg. 6, nr. 4. pp. 8-10.
- Wirtz, F.D. (1997). *Persoonlijk leiderschap. De bijdrage van de persoonlijkheidspsychologie van Pieter van de Griend aan arbeidsorganisaties*. (proefschrift) Amsterdam: Thesis.

Prof. dr. Joseph Kessels is dean van TSM Business School, hoogleraar HRD aan de Universiteit Twente en medeoprichter en adviseur van Kessels & Smit, The Learning Company. E-mail: [kessels@kessels-smit.nl](mailto:kessels@kessels-smit.nl)