

## Mini-college # 23, september 2021: Rogeriaanse therapie

### De helpende relatie

Carl R. Rogers wil zijn cliënten een helpende relatie aanbieden die goed is voor groei als persoon. In die relatie kan de persoon *in zichzelf* de capaciteit ontdekken voor de groei als persoon.

De belangrijkste bron hierbij is zijn boek *On becoming a person, a therapist's view of psychotherapy* van 1961, waarvan we hier de Nederlandse vertaling volgen in "Mens worden - Een visie op persoonlijke groei", Bijleveld, zevende druk, 2019 - met de blunder om door het gehele boek heen *person* te vertalen met *mens*. Een baby is al een mens! Deze jonge mens begint al direct met communiceren en een relatie aan te gaan, waarmee hij of zij de ontwikkeling van zijn personaliteit in gang zet.

"Geen enkele benadering die zich louter baseert op rationele kennis, op techniek of op de aanvaarding van iets dat aangeleerd kan worden, is van enig nut." (2019, blz. 50) Hooguit tijdelijk, voegt hij er elders aan toe.

"Met aanvaarding bedoel ik het soort warme aandacht voor hem als mens met *een onvoorwaardelijke acceptatie* van zijn eigenwaarde (...), onverschillig wat zijn conditie, zijn gedrag of zijn gevoelens zijn." (idem, blz 52)

"Ik ben ervan overtuigd dat deze [groei]kracht in iedereen aanwezig is", zelfs "in alle organisch en menselijk leven", ... "ondanks ... afweer ... en façades", "en alleen maar wacht op de vereiste voorwaarde om zich vrij te maken en zich te uiten." (Idem, blz 54)

*"Als ik een relatie kan scheppen die aan mijn kant gekenmerkt wordt door:*

- echtheid en transparantie, waarin ik mijn ware gevoelens blootgeef;
- een warme acceptatie en waardering van de ander als een zelfstandig individu;
- een invoelend vermogen om zijn wereld en hemzelf te zien zoals hij die wereld en zichzelf ziet,

*dan zal de ander in deze relatie:*

- de aspecten van zichzelf die hij eerder onderdrukte, ervaren en begrijpen;
  - merken dat hij meer geïntegreerd raakt en beter in staat is tot doelmatig functioneren;
  - meer gaan lijken op degene die hij graag zou willen zijn;
  - meer zijn eigen weg gaan en meer zelfvertrouwen ontwikkelen;
  - meer een eigen, unieke persoonlijkheid worden, en meer in staat zijn tot dit eigene tot uitdrukking te brengen;
  - anderen beter begrijpen en aanvaarden;
  - de problemen waarvoor het leven hem stelt, beter en gemakkelijker het hoofd bieden.
- In mijn ogen is deze stelling geldig voor elke inermenselijke betrekking." (idem, blz 56 e.v.)

Deze stelling is door gedegen onderzoek bewezen. Bewezen is ook wat *niet* helpt: zowel een relatie is op afstand blijft, als een relatie met een overmaat aan sympathie. Wat wel

helpt is zelfs de *wens en poging om* te begrijpen. De houding en gevoelens van de therapeut zijn belangrijker dan diens theoretische achtergrond en "technieken". Belangrijk is dat de therapeut "*congruent* is"; dit wil zeggen dat zijn woorden en gedrag met elkaar in overeenstemming zijn. (Idem blz 62 en blz 370 e.v., waar hij het belang van congruentie voor de communicatie en dus de relatie is).

Rogers gaat stevig tekeer tegen de gedragstherapie (waarover later in deze reeks). De relatie in dit type therapie noemt Rogers "kunstmatig" en zelfs mogelijk schadelijk, want onpersoonlijk, anoniem, en de cliënt benaderend als een object, dus niet helpend, zoals onderzoek ook aantoont. (blz 66 e.v.)

## Hoe schep je een helpende relatie?

Rogers stelt tien vragen op, aan de hand waarvan hij schetst hoe je zo'n relatie tot stand brengt en aan de hand waarvan je je eigen handelen als helpende medemens kunt evalueren. Je eigen inschatting zal dan zelden "nee" zijn, maar ook niet altijd een volmondig "ja". Hier tussenin zitten natuurlijk ook 'poging tot', 'ja, de richting waarin' en 'de mate waarin'. (blz 71 e.v.)

(1) "Kan ik op een of andere manier zo echt en waarachtig zijn, dat ik door de ander als betrouwbaar word ervaren, iemand op wie de ander kan rekenen, iemand die wezenlijk consequent is?"

Hierna corrigeert hij "consequent" in "congruent" - zie hierboven.

(2) "Kan ik mijzelf als mens duidelijk genoeg uiten, zo dat ondubbelzinnig bij de ander overkomt wat ik ben?"

"Als ik mij erger aan de ander, *maar mij daarvan niet bewust ben*, zullen mijn uitingen tegenstrijdige boodschappen bevatten." Weer dus je eigen gevoelens niet af, maar luister naar jezelf, ken, erken en aanvaard deze; pas dan zul je in staat zijn naar de ander te luisteren.

(3) "Kan ik mijzelf toestaan een positieve houding ten aanzien van de ander aan te nemen; een houding waaraan warmte, genegenheid, zorg, belangstelling en respect voor de ander ten grondslag ligt?"

Rogers verzet zich tegen de opvatting dat er een "professionele afstand(elijkheid)" moet zijn. Dit is het gevaar van diagnostiek: de ander beoordelen en als object zien.

(4) "Ben ik zelf wel sterk genoeg om van de ander gescheiden te zijn?"

Kan ik zelf mijn eigen gevoelens hebben en de ander diens eigen gevoelens gunnen? Ben ik niet depressief met de depressieven, angstig met de angstigen, boos met de bozen?

(5) "Ben ik innerlijk zeker genoeg van mijzelf om de ander ook zijn eigen gescheidenheid toe te staan?"

Ofwel: zichzelf zijn zoals hij is, autonoom, ook als dit kinderlijk, wanhopig of overmoedig is. Maar ook: als hij mijn adviezen en voorbeeld niet opvolgt, maar zijn eigen wijsheid opbouwt.

(6) "Kan ik mijzelf zo volledig verplaatsen in de gevoelswereld en de persoonlijke opvattingen van de cliënt, dat ik die zie zoals hij ze zelf ziet?"

Ofwel: niet oordelen; wat de ander dierbaar is respecteren; empathie en begrip hebben of in elk geval nastreven.

(7) "Ben ik wel in staat om alle facetten die de ander mij van zichzelf laat zien, te aanvaarden?"

Dus: niet oordelen; de ander nemen zoals hij is; beter: ook in jezelf de lastige aspecten niet afweren maar kennen, erkennen en aanvaarden, waarna je ze ook bij een ander kan begrijpen.

(8) "Kan ik mij in de relatie met zoveel subtiliteit en sensitiviteit bewegen, dat mijn gedrag geen angst bij de ander oproept?"

Rogers geeft als te vermijden voorbeeld: "Goeie hemel, wat zit u er overstuur uit!"

(9) "Kan ik de ander vrijwaren van de dreiging van waardeoordelen van buitenaf?"

Zo ongeveer overal worden wij beoordeeld, maar doe dit nu net niet in de psychotherapie. Het oordeel over zichzelf en het hiervoor de verantwoordelijkheid nemen ligt bij de cliënt zelf. Van een beoordeling groei je niet; van een zelfbeoordeling wel. Oordeel dus niet.

(10) "Kan ik de ander tegemoet treden als iemand die in een wordingsproces gewikkeld is, of zal ik mij gebonden voelen door diens verleden en het mijne?"

Een diagnose kan de ander vastpinnen in wat hij dan is of zou zijn, in zijn onmogelijkheden. Beter is: de ander aanvaarden als iemand in wording, in zijn eigen groeiproces, zijn mogelijkheden.

## Hoe werkt het?

In hoofdstuk IV van 'Mens worden' geeft Rogers zelf, gesteund door de resultaten van onderzoek, de volgende samenvatting hiervan:

"Hoe meer de cliënt de therapeut als waarachtig en empathisch ervaart, en hoe duidelijker diens onvoorwaardelijke instelling bij de cliënt overkomt, des te meer zal de cliënt zijn

eigen statische, rigide, ongevoelige, onpersoonlijke wijze van functioneren loslaten en des te meer zal hij gaan functioneren op een flexibele, reactieve manier, waarbij hij de ervaring van uiteenlopende persoonlijke gevoelens aanvaardt.

Het gevolg van deze beweging is een verandering in persoonlijkheid en gedrag in de richting van psychische gezondheid en rijpheid.

Het gevolg hiervan is dat bij de cliënt een realistischere relatie ontstaat met het eigen zelf, met anderen en de omgeving."

Elders wijst Rogers erop dat het bij het veranderingsproces niet gaat om *weten* maar om *ervaren*, van het eigen innerlijk in alle aspecten, en om "het ervaren van dit ervaren". (blz 96). Als voorbeeld geeft hij, kort samengevat: 'Ik houd van mijn ouders, maar voel ook veel verbittering over hen'. Het gaat dan om de zelfaanvaarding, inclusief deze lastige gevoelens.

## Het beoogde resultaat

Het beoogde, en blijkens onderzoek ook bereikbare resultaat, vat Rogers (op blz 134 e.v.) samen in vier punten:

### [1] Openstaan voor ervaring

Dit is het tegendeel van afweer, rigiditeit, starheid, het niet onder ogen zien, het niet willen kennen van de realiteit. De cliënt neemt de situatie en de feiten voor wat deze zijn, in plaats van deze te verdraaien om ze te laten passen in een patroon dat hij er al op na houdt.

### [2] Vertrouwen in het eigen organisme

Naarmate de mens openstaat voor alle informatie, kan hij de voors en tegens bij een beslissing ook beter afwegen en een betere keuze maken. Vergist hij zich, dan staat hij hier ook voor open en kan hij zichzelf corrigeren. Hierbij is het woord "zichzelf" van belang:

### [3] Een *interne* beoordelingsinstantie

Dus niet of niet meer angstvallig voldoen aan de eisen van de ouders of de cultuur.

Elders heet dit *Controls from Within* contra *Controls from Without*. Het eerste is de titel van het boek van **Redl & Wineman** uit 1952. Zij zien de oplossing niet in 'doe wat de groepsleiding of je maatjes zeggen', maar vaar op je eigen kompas - bedoeld is dan natuurlijk niet het criminele kompas maar het goede kompas. Hiervoor is *versterking van het ego* nodig. De gerijpte mens kan van het boeddhisme leren dat het ego zich koest moet houden; de opgroeiende mens moet dit ego eerst vormen en sterk maken. Ook Freud, vader Sigmund en dochter Anna zeggen dit: het ego moet kunnen omgaan met de 'driften' van het onbewuste én met de eisen van de omgeving. De opgroeiende mens gaat

dan ook geleidelijk aan zelf de verantwoordelijkheid opnemen voor zijn eigen handelen, ook als dit handelen achteraf verkeerd bleek te zijn. Dan corrigeert de mens *zichzelf*.

#### [4] De bereidheid een proces te zijn

Dus erkennen dat 'persoon zijn' niet zozeer betekent *zijn*, alswel *worden* en hiervoor openstaan. Niet 'zo ben ik nu eenmaal', maar 'hoe kan ik (meer) mijzelf worden?' Voor het eerste begint het proces met zelfaanvaarding, maar daar blijft het niet bij: er komt een proces op gang. Je entiteit niet fixeren maar ontwikkelen; je doelen en handelen waar nodig bijstellen. In mijn woorden: geen stilstaand meer of kanaal zijn, maar een rivier die stroomt, vloeit, leeft.

## Psychotherapie als proces

In hoofdstuk VII van 'Mens worden' (*On becoming a person*) onderscheidt Rogers zeven procesfasen (blz 151 e.v.).

#### [1] Verstarring, fixatie

Gevoelsarmoede, problemen buiten zichzelf leggen, relatiearmoede, niet willen veranderen.

#### [2] De mens wordt 'ontvangen', gehoord, en spreekt

Gesprek komt op gang, problemen worden genoemd, zij het nog als liggend buiten het ik, zonder eigen verantwoordelijkheid hierbij en niet veranderbaar; het denken is nog wel/niet, zwart/wit: "altijd", "nooit".

#### [3] Het 'ik' komt ter sprake

Het 'zelf' verschijnt, zij het nog meer als object van invloeden dan als handelend subject. Gevoelens uit het verleden worden benoemd, wel meer gedifferentieerd, maar nog wel beoordeeld (slecht, abnormaal) en nog niet aanvaard. Wat niet gelukt is, wordt wel erkend, maar gezien als onveranderbaar.

#### [4] Gevoelens komen los en vragen komen op

Er komen meer gevoelens los, met meer differentiatie, meer eigen en meer in het heden, zij het nog niet altijd aanvaard. Incongruentie en tegenstrijdigheden worden gevoeld. Er komen vragen op bij de juistheid van de eigen vaste gedachtenconstructies, tegenwoordig vaak "schema's" annex "schematherapie" genoemd. Er komt gevoel van eigen verantwoordelijkheid op. Er worden voorzichtig relaties op gevoelsbasis aangegaan.

### [5] De 'rivier' gaat stromen

Gevoelens worden intenser ervaren in het hier en nu, en gaandeweg ook aanvaard. De persoonlijke constructies worden bevraagd en worden lossier, beweeglijker, veranderbaar. Tegenstrijdigheden en incongruenties worden erkend, gevoeld en als eigen gezien; de eigen verantwoordelijkheid in deze wordt meer gevoeld, aanvaard en zelfkritisch overdacht.

### [6] Het subject verschijnt

Gevoelens worden ongeremd ervaren en geuit en doorleefd als eigen, ook meer aanvaard. Het 'zelf' wordt subject in plaats van object, dus ook zelf verantwoordelijk, en in beweging, in een proces. De eigen vaste constructies worden losgelaten en herzien. De problemen komen niet meer van buiten, maar zijn *mijn* probleem geworden. Er is nog geen eigen oplossing in zicht.

### [7] Het *ik* gaat *zelf* aan het werk en is en blijft zichzelf

Gevoelens mogen vrij stromen, worden rijker, vaak anders, en meer aanvaard. De cliënt weet wie hij is, wat hij wil, wat zijn houding is en wat hem te doen staat, waar hij met zelfvertrouwen aan begint, open staande voor nieuwe gevoelens, ervaringen, interpretaties en gedachtenconstructies. Er is vrije innerlijke communicatie met vaak nieuwe symbolen en woorden. Men ervaart dat het leven zo beter te leven is.

Na deze opsomming, dit continuum, benadrukt Rogers nog eens dat het zich gehoord en aanvaard voelen zonder oordeel dé voorwaarde is voor dit proces. Ook benadert hij het belang van *het voelen* in dit hele proces. Benaderingen die zich beperken tot *het gedrag* en/of *de cognitie* schieten hier dus tekort.

## Enkele lastige vragen

Mooi allemaal, meneer Rogers, wij doen ons best om niet te oordelen, geen adviezen te geven, onvoorwaardelijk te accepteren en empathisch te reageren, maar soms zal dat toch even niet meevallen, in het bijzonder als we op het gebied van de forensische zorg komen en op het terrein van .. pedofilie en pedoseksualiteit ...

**In de forensische zorg** leert de praktijk je wel dat er soms, of zelfs vaak, vooral in het begin toch wel iets van gedragsregulatie nodig is voor je zelfs maar in gesprek kunt komen met de ander. De Rogeriaanse benadering heet ook wel *de non-directieve benadering*. Waar gedragsregulatie soms toch wel even nodig is, zul je dan even een *directieve* benadering nodig hebben, wil je althans niet dat de stoelen door de lucht vliegen.

Cruciaal is dan wel *hoe* je dat gedrag, en welk gedrag je dan in hoeverre reguleert... in een samenleving vol drugs ... in een instelling of gezin waarin de kinderen toch echt wel naar school moeten ... in een leefgroep met jonge of al oudere 'boefjes'.

Onder andere hierover gaat **mijn proefschrift**. Hieruit mag ik dan de kostst denkbare conclusie (blz 256) wel even vermelden:

"In dit onderzoek zijn drie handelwijzen bij het omgaan met botsingen in het dagelijks leven aangetroffen, te weten:

- I 'Gedrag beheersen',
- II 'Persoon ontmoeten' en
- III 'Conflict ontwijken'.

Op grond van het kritisch bespreken van de ervaringen van de groepsleiders die aan dit onderzoek deelnamen en op grond van het systematiseren en abstracter formuleren van het besprokene, kan het volgende **voorkeursadvies** worden gegeven:

1. Kies handelwijze II, 'Persoon ontmoeten', als basis en werk bij voorkeur op deze wijze.
2. Werk eventueel volgens handelwijze III, 'Conflict ontwijken'; onderken dat je daar soms op aangewezen bent, doch kies deze handelwijze niet als basis.
3. Werk slechts indien noodzakelijk tijdelijk volgens handelwijze I, 'gedrag beheersen', doch slechts op basis van het normaliter werken volgens handelwijze II, 'persoon ontmoeten' en keer daar ook weer naar terug."

In Rogeriaanse termen gezegd: kies als basis de non-directieve benadering, gebruik slechts zo nodig *even* de directieve benadering, blijf dit doen als persoon en ga zodra dit kan weer terug naar de non-directieve benadering.

Let op het woord "persoon". Ik concludeer en zeg dus dat de groepsleider *als persoon* dient te communiceren met het kind dat hij ook ziet en benadert *als een persoon*.

Op grond van meer recente ervaringen (met daklozen enz. in mijn huis) voeg ik hier dan nu aan toe: Stel waar nodig grenzen, maar zorg ook altijd voor een marge.

**Redl en Wineman** schreven over hun boek al: "The gang is under the couch", waarmee zij met *gang* de leefgroep of vriendengroep vol 'criminele' vriendjes bedoelen, en met de *couch* de bank waarop de patiënt(jes) bij de psychiater lagen. De kunst is dan om ook van gezin of leefgroep een therapeutische omgeving te maken in plaats van een criminaliserende omgeving waar geen psychiater tegen op kan.

**Bij pedofilie en/of pedoseksualiteit** komt een ander probleem om de hoek kijken: gaat die onvoorwaardelijke acceptatie hier ook lukken? Wat als de therapeut hier zelf moeite mee heeft? Denk maar eens aan een therapeut die zelf kinderen heeft en met een geval van incest te maken krijgt.

Hij mag niet oordelen (OK, waar nodig heeft de rechter dit al gedaan), maar hij moet ook

echt zijn over zijn eigen gevoelens, dus ook over zijn gevoelens, indien aanwezig en echt, van afkeer of 'moeite met'. Ook en juist hier is het '*hoe dan?*' van belang.

Rogers zegt hierover: wees je in elk geval bewust van je eigen gevoel, ook als dit afkeer is. Overweeg dan of en zo ja hoe en wanneer je dit zult zeggen.

Uit je weerstand niet als oordeel maar als een authentiek en eigen gevoel - "als ik-boodschap" noemen anderen dit. Stel niet het gedrag centraal maar de mens. Zoek het gemeenschappelijke in de mens. Vraag naar het gevoel van de cliënt: wellicht heeft deze ook weerstand tegen zijn eigen gedrag of gevoel.

Sommige negatieve gevoelens bij de cliënt zal de theapeut moeten aanvaarden als feit, zonder daarmee de cliënt te veroordelen of af te wijzen. Zo zijn er diep gewortelde gevoelens als pedofilie, maar ook bijvoorbeeld een diepgeworteld fundamenteel wantrouwen in alles en iedereen. Wat diepgeworteld is, kan zich in het karakter genesteld hebben, wat je er, zeker als de cliënt al op leeftijd is, niet meer uit krijgt. Er zal mee geleefd moeten worden. Voor de therapeut geldt dan, zeg ik er bij: "Ken uw grenzen". Probeer bijvoorbeeld niet pedofilie "te genezen", want dit gaat je niet lukken. Help de persoon om ermee te leven.

Er is een model om hiermee te werken: het 'Beter Leven Model' alias het *Good Lives Model*. Dit stelt de mens en diens eigen levensdoelen centraal, niet het delict, al zal dit, als het er geweest is, wel besproken moeten worden, maar dan met de gezamenlijke doelstelling: 'dit nooit meer!' Cliënt en therapeut staan hier naast elkaar, niet tegenover elkaar. De cliënt hoeft de therapeut niet te 'gehoorzamen', de therapeut helpt hier de cliënt diens eigen levensdoelen te bereiken.

## Beschouwing

Net zoals wij nu zijn, was Rogers ook een kind van zijn tijd en cultuur: de VS in de jaren vijftig. Rogers beijvert zich vooral om de gevoelens van zijn cultuur- en tijdgenoten naar boven te brengen. Kennelijk was dat daar en toen nodig. Het kernwoord van de cultuur van de VS is "succes", vooral te vertalen in geld en materiële welvaart, uiteraard met vrouw en kinderen, naast baan, huis en vooral ook auto. Hiervoor is rationaliteit nodig en wellicht, zo bij Rogers te lezen, een masker, een façade, een woord dat hij vaak gebruikt. Niet dat men daar echt gelukkig mee werd.

Een nogal absurd voorbeeld van die cultuur is een boekje dat ik ooit heb gekocht en gelezen, getiteld "I have feelings" en bedoeld voor kinderen. Alsof je kinderen moet leren dat ze gevoelens hebben! Hooguit kun je ze er de woorden bij leren zodat ze zich, naast hun spel en tekeningen, ook in woorden konden uiten. Als je meent dit aan kinderen te moeten leren, is er niets mis met de cultuur.

Kijken we naar onze huidige cultuur, dan zien we nu een explosie van gevoelens. We zagen dit ook gebeuren toen na de Verlichting, de heerschappij van de Rede, al snel de



Romantiek op kwam als reactie en correctie. Heeft de Verlichting ons heel wat welvaart gebracht, de Romantiek zorgde voor het welzijn.

Er is nog een punt dat opvalt. Uit alle voorbeelden van de geschriften van Rogers is te lezen dat zijn cliënten mensen waren uit de redelijk welvarende middenklassen, inclusief studenten, met de bij hun maatschappelijke status behorende problemen. We lezen niets over verslavingen, noch over criminaliteit. Daar komen we nu zowat in om. Dit kan betekenen dat we nu toch iets meer directieve benadering nodig kunnen hebben, wat nog niet betekent dat dit echt iets oplost; hooguit kan enige regulatie echte therapie en hulp mogelijk maken.

Een voorbeeld hiervan is het boek van Christ Zois: *Verborgene gevoelens*, 1992, hier al besproken in college # 20. De kern ervan is: nu en dan moet je wel even "porren" om de weerstand te "doorbreken" en te "overwinnen", woorden die al verwijzen naar een directieve manier van optreden. Een van zijn argumenten is dat de klassieke therapie te lang duurt en dat hiermee voldaan kan worden aan de moderne wens om vooral snel en effectief te behandelen.

Dit kan zo zijn en het zal zijn nut hebben (heb ik ook al gemerkt), maar voldoende is het niet, in elk geval niet volgens Jung en Rogers. De echte behandeling kan pas daarna beginnen. Zie hierboven.

## Het huiswerk ...

... bestaat logischerwijze hieruit: Besef dat Rogers zijn methodiek niet alleen voor de psychotherapie heeft beschreven, maar voor alle helpende relaties, en zelfs voor alle persoonlijke relaties. Kijk dan nog even terug naar de tien vragen die hierboven onder "Hoe schep je een helpende relatie?" staan vermeld en schat je eigen antwoorden op die vragen eens zelfkritisch in.

## De bronnen

Carl R. Rogers: *Mens worden. Een visie op persoonlijke groei*. Zevende druk, Bijleveld, Utrecht, 2019.

Carl R. Rogers: *On Becoming a Person. A therapist's view of psychotherapy*. Constable, London, 1961.

Toine Vossen: *Zichzelf worden in menselijke relatie. Een ontwikkelingspsychologische studie van de Rogeriaanse grondhouding en haar verwerking in psychotherapie, onderwijs en bedrijfsleiding*. Vierde herziene druk, De Toorts, Haarlem, 1973.

Christ Zois: *Verborgene Gevoelens; Je ware gevoelens opgraven en uiten, afweermechanismen herkennen en doorbreken, emotionele problemen oplossen*; Engelse versie: 1992; Nederlandse versie: uitgeverij Karnak, Amsterdam, 1995; 2e druk 2003.

Redl, F. & Wineman, D.:

- 1951: Children who hate; Glencoe: Free Press
- 1952: Controls from within; Glencoe: Free Press.
- 1957: The aggressive child; Glencoe: Free Press
- 1978: Kinderen die haten; Utrecht (4e druk; oorspr. Glencoe 1951).
- 1981: De behandeling van het agressieve kind; Utrecht (6e druk, oorspr. Glencoe 1952).

Noom, Sabine en Berg, Jan Willem van den: Het Good Lives Model als start van de behandeling van zedendelinquenten. Een praktische toepassing. Tijdschrift voor seksuologie, 43-1; mei 2019

< [https://www.jorisoost.nl/lees/hulpverlening/good\\_lives\\_model.html](https://www.jorisoost.nl/lees/hulpverlening/good_lives_model.html) >

En de daar vermelde bronnen.

Frans Gieles: Conflict en Contact, Proefschrift, 1992:

< <https://www.human-being.nl/Bibliotheek/cc/inh.htm> >.

De hier geciteerde passage staat hier:

< [https://www.human-being.nl/Bibliotheek/cc/h11\\_1\\_1.htm](https://www.human-being.nl/Bibliotheek/cc/h11_1_1.htm) >.