

Jaap Wijkstra

Niet alleen ons brein

Een pleidooi voor psychoalfabetisering

Door een bestaan in verticale macht en moraal (Keizer en God) en kleine groepen hebben we in de menselijke geschiedenis een diepergaande confrontatie met onze psyche tot nu grotendeels kunnen vermijden. Wij zullen echter in de huidige fase van de wereldgeschiedenis steeds meer de draagkracht van onze psyche nodig hebben om de veranderingen richting meer vrijheid (horizontale macht en moraal en grotere groepen) aan te kunnen. Daar komt nu nog bij dat we zullen moeten omgaan met globalisering, multiculturalisme en ecologische begrenzing.

Hoewel er dus toenemend eisen gesteld worden aan onze psychische draagkracht, wordt echter tegelijkertijd de ontwikkeling ervan belemmerd door onder meer de neoliberale maatschappij, het onschadelijk maken van complexiteit, de datarevolutie en de nieuwe media.

Dat, gemiddeld gezien, onze psychische draagkracht tekort dreigt te schieten, kunnen we waarnemen door de regressieve reacties die in de huidige tijd steeds meer optreden als gevolg van angst, zoals vreemdelingenhaat, nostalgie, nationalistische ideologieën en de behoefte aan regressief regerende narcistische leiders. De auteur pleit voor een breed proces van psychoalfabetisering om onze psychische draagkracht te vergroten, zodat we de veranderingen in de huidige maatschappij constructief (progressief) in plaats van regressief kunnen hanteren. Bij dit proces van psychoalfabetisering is een non-directieve houding in het contact belangrijk, evenals een coherente taal voor het psychische.

Jaap Wijkstra werkte vele jaren als psychiater en psychotherapeut. Hij was opleider psychiatrie in het Universitair Medisch Centrum Utrecht. Daarnaast was hij hoofd van een psychiatrische afdeling stemmingsstoornissen en onderzoeker. Hij is gepromoveerd op een proefschrift over ernstige depressie. Eerder verscheen van hem 'De therapeut & Anna' (2017).



Gompel&Svacina Uitgevers | 169 blz. | € 24,50 | ISBN 978-94-6371-218-7

Bestellen:

www.gompel-svacina.eu | info@gompel-svacina.eu

Bij rechtstreekse bestelling krijgt u uw boek(en) meteen toegezonden. Uw bijdrage in verpakking- en verzendkosten bedraagt slechts € 4,95 (ongeacht het aantal boeken). Vanaf € 75 zijn de kosten voor onze rekening. U kunt ook bestellen bij de (betere) boekhandel.

Gompel&Svacina Uitgevers

Reebokweg 1, B-2360 Oud-Turnhout | Rietveldenweg 60, NL-5222 AS 's-Hertogenbosch