

Van Ego-toestanden naar Functional Fluency

De integrerende Volwassene als het meest dynamische deel van onze persoonlijkheid

Tijdens de voorbereidingen voor mijn CTA-examen kwam ik drie jaar geleden voor het eerst in aanraking met het concept van de 'integrerende Volwassene'. Ik was er direct door gegrepen. Het is een verdere ontwikkeling op het ego-toestandenmodel en het gaf antwoorden op tal van vragen die ik inmiddels had bij dit model.

In dit artikel wil ik u mijn eigen ontwikkelingsgang rondom de integrerende Volwassene beschrijven, eindigend bij het voorlopig laatste station: de Nederlandse vertaling van de Temple Index of Functional Fluencyⁱ (TIFF), een gevalideerd psychometrisch meetinstrument. Rian Hoorens en ondergetekende hebben hun accreditatie voor dit instrument afgelopen voorjaar afgerond. In samenwerking met Jacqueline van Gent hebben wij deze test in de afgelopen maanden in het Nederlands vertaald.

Achtereenvolgens neem ik u mee langs het structurele model van ego-toestanden, het functionele model van ego-toestanden, de geïntegreerde Volwassene, zoals beschreven door Berne, om aan het einde van dit artikel terecht te komen bij het concept van de integrerende Volwassene. Zij vormen gezamenlijk de aanloop naar het vervolg van het artikel: het model van Functional Fluency als leerbare en overdraagbare uitwerking van het model van de integrerende Volwassene.

De basis

Toen Eric Berne zijn model van Ego-toestanden ontwikkelde had hij niet kunnen bevroeden dat drie simpele, op elkaar geplaatste bollen in vele varianten tot, dikwijls felle, polemieken zouden leiden. Pearl Dregerⁱⁱ beschrijft al een kleine 20 variaties, waarbij zij tal van, soms obscure, varianten uit de begintijd van de TA achterwege heeft gelaten.

Berne definieerde een ego-toestand als 'een consistent patroon van voelen en ervaren direct samenhangend met een daarmee overeenstemmend gedragspatroon'ⁱⁱⁱ. Hij onderscheidde in zijn structurele model drie Ego-toestanden.

Ouder ego-toestand— de ego-toestand die gedrag, gedachten en gevoelspatronen bevat gebaseerd op ervaringen met Ouderfiguren in het verleden;

Volwassen ego-toestand— de ego-toestand die gedrag, gedachten en gevoelens bevat die een directe respons zijn op het hier en nu;

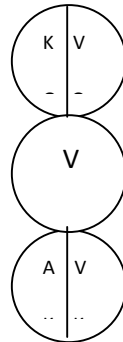
Kind ego-toestand— de ego-toestand die het gedrag, gedachten en gevoelens van de kindertijd omvat.

Tot zover kon ik het altijd goed begrijpen. De Volwassene ego-toestand reageerde in het hier en nu. De Ouder- en de Kind-ego-toestand reageerden vanuit ervaringen in het verleden, die zij in het hier en nu projecteerden.

De popularisering

Eind jaren '60, begin jaren '70 werd de TA populair. Veel mensen gingen zich bezig houden met TA en dat leidde tot tal van, dikwijls één dimensionale, variaties op het oorspronkelijke egotoestandenmodel. Het functionele model als communicatiemodel is daar het meest bekende voorbeeld van. Hierin werd de oorspronkelijke invulling van de Ouder egotoestand (gedachten, gedrag en gevoelspatronen van ervaringen van ouderfiguren in het verleden) en de Kind-egotoestand (gedrag, gedachten en gevoelens van de kindertijd) verengd tot de twee paren Kritische Ouder/Voedende Ouder en Aangepast Kind/Vrije Kind.

Het functionele model



Dit model werd alom omarmd, omdat het op simpele wijze communicatiepatronen verheldert. Daarin schuilt een grote kracht. De beeldende metaforen van Kritische en Zorgende Ouder en Aangepaste en Vrije Kind, aangestuurd door een rationele Volwassene zijn herkenbaar en bruikbaar gebleken. Daarmee werd de complexe psychologie van de communicatie teruggebracht tot een eenvoudig voor ieder begrijpbaar model.

Bij mij ging dit echter na verloop van een flink aantal jaren knagen. Het model volstond niet meer om op een dieper niveau te begrijpen wat er in en tussen mensen gebeurde. Bestond de Ouder egotoestand dan alleen maar uit een 'Kritisch' en een 'Voedend' deel en het Kind slechts uit een 'Aangepast' en een 'Vrij' deel? En kwam met name de Volwassen egotoestand er niet bekaaid af als een soort 'rationele koele kikker'? Dit stond op gespannen voet met het beeld dat ik van mijn eigen ontwikkeling door de loop der jaren heb, waarin ik mijn spontaniteit, plezier, zorg, mijn vermogen om leiderschap van anderen te accepteren en zelf richting te geven als steeds meer met elkaar samenhangend en evenwichtig ervaar in mijn reactie op wat er in mijn omgeving gebeurt.

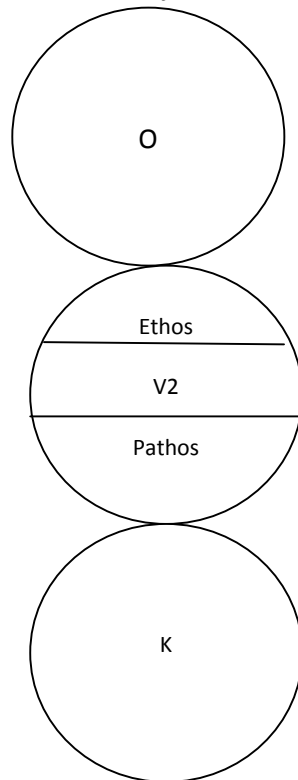
En hoe verhiel het functionele model zich dan met het structurele model, waarin de Volwassene (alle) gedrag, gevoelens en gedachten bevat, die een directe reactie zijn op het hier en nu en het Kind (alle) gedrag, gevoelens en gedachten vanuit de kindertijd bevat, terwijl de Ouder (alle) gedrag, gevoelens en gedachten omvat, van ervaringen van ouderfiguren in het verleden? Deze omschrijving was zoveel meer omvattend dan die in het functionele model tot uitdrukking kwamen.

In een artikel geeft Ian Stewart^{iv} in 2001 de beperking aan van het functionele model, waarin hij stelt dat de verschillende egotoestanden (KO, VO, V, AK en VK) niet of nauwelijks gedefinieerd zijn en daardoor uiterst moeizaam van elkaar te onderscheiden zijn. Een helder inzicht dat het artikel van Stewart mij daarnaast gaf, was de gedachte dat elk model slechts een beperkte draagwijdte heeft. Het gaat bij een model om 'het creëren van begrip, door het opofferen van informatie'. Daarbij is steeds de vraag leidend wat ik wil duidelijk maken. Elk model volstaat dus voor zover het duidelijk

maakt, wat ik duidelijk wil maken. In mijn onderzoek naar 'wat er op een dieper niveau tussen mensen gebeurde' volstond de vereenvoudiging niet meer. Zij riep te veel vragen bij mij op, waar ik voor mijzelf en in mijn werk als trainer/coach het antwoord op schuldig moest blijven. Ik moest weer terug naar de basis en lezen en begrijpen waar het bij de egotoestanden om ging.

De geïntegreerde Volwassene

In zijn boek *Transactional Analysis in Psychotherapy*^v maakte Eric Berne een schets van de tweede orde structuur van de Volwassene. Hij schetste deze als volgt^{vi}:



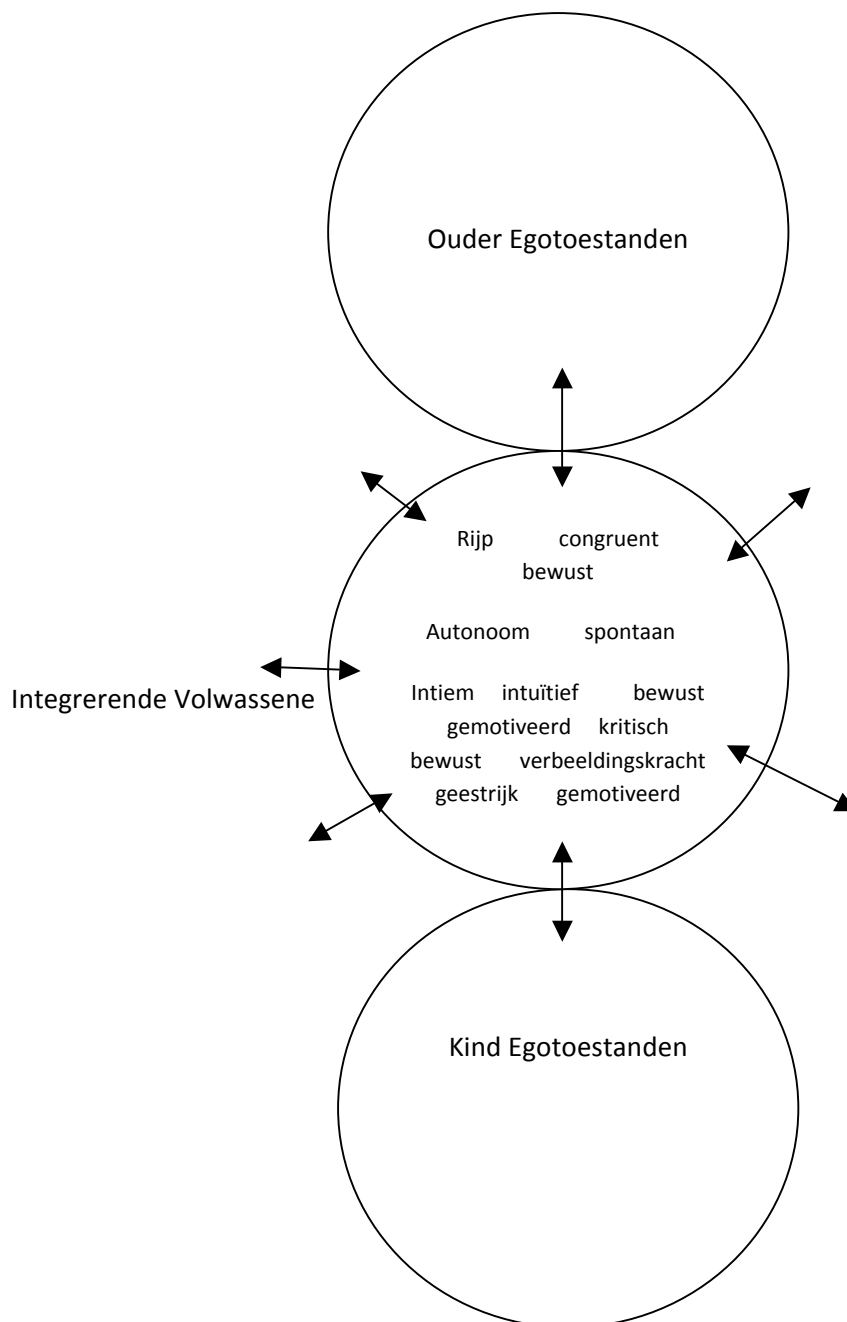
In het vervolg geeft hij aan dat bij mensen in de Volwassen egotoestand 'Kinderlijke' of 'Ouderlijke' gedragingen zichtbaar zijn, die niet direct toe te schrijven zijn aan Ouder of Kind egotoestand omdat zij gerelateerd zijn aan het hier en nu. Het ethisch denken of de charme en openheid bij een volwassen persoon noemt hij daarin als voorbeeld. Hij stelt dat ieder die als 'Volwassene' functioneert theoretisch drie soorten eigenschappen zou moeten hebben: persoonlijke aantrekkingskracht en gevoeligheid (Pathos), objectieve gegevensverwerking en ethische verantwoordelijkheid (Ethos).^v Berne veronderstelde dat er sprake was van een soort integrerend proces, dat in de toekomst verder onderzoek zou vragen.

Met deze invulling van de Volwassen egotoestand kon ik al aanmerkelijk beter uit de voeten. Zij kwam tot leven en kreeg de kleur die ik als passend ervoer bij de oorspronkelijke definitie: gedrag, denken en voelen gerelateerd aan het hier en nu. Bovendien werd het mogelijk er mijn eigen voortgaande ontwikkeling in te herkennen, waarin ik de vruchten pluk van mijn intense leven thuis, in mijn werk en in mijn opleidingstraject, waarin ik, steeds in relatie met andere mensen, mijn eigen ontwikkeling verder gestalte kan geven.

De Integrerende Volwassene

Latere auteurs zijn verder ingegaan op de geïntegreerde Volwassene. In het kader van dit artikel noem ik er twee; Keith Tudor en Landy Gobes.

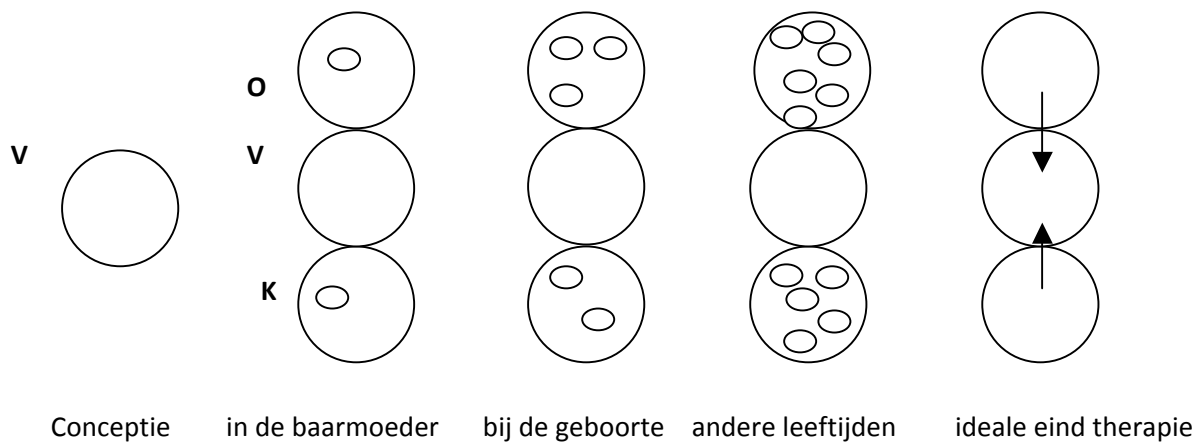
Keith Tudor^{vii} stelt dat het model van de geïntegreerde Volwassene een wat saai en statisch geheel is. Hij spreekt daarentegen over een **integrerende** Volwassene; een zich ontwikkelende en uitdijende Volwassen egotoestand, wat kenmerkend is voor een pulserende persoonlijkheid die gevoelens, houding, gedachten en gedrag verwerkt en integreert in het hier en nu van alle leeftijden- van geboorte tot dood.



De integrerende Volwassene in actie. De pijlen staan voor contact en (levens-)energie

Dit was het artikel waar ik werkelijk geraakt werd. Opeens werd de Volwassen egotoestand het meest dynamisch deel van onze persoonlijkheid; ervaringen vanuit het verleden verwerkend en integrerend in zijn persoonlijke groei in het hier en nu. De overdracht loslatend. Idealiter gezien groeit dan de Volwassene en slinken de Ouder en Kind egotoestanden. De integrerende Volwassene werd een onderdeel van persoonlijke groei. Dat herkende ik persoonlijk en het gaf mij handvatten voor het werken met mensen als trainer/coach.

Dit sluit aan bij het denken van Landy Gobes^{viii}. Zij gaat in haar gedachtevorming nog een stap verder en stelt dat de Volwassene de eerste egotoestand is die ontstaat. In reactie op eigen moeilijk te verwerken ervaringen en die van ouderfiguren ontwikkelen zich vervolgens de Ouder en Kind egotoestand. Hierin krijgen deze onverwerkte ervaringen een plek en bepalen voor een belangrijk deel onze reacties op wat zich in het hier en nu afspeelt.



Het ideale einde van therapie (of persoonlijke ontwikkeling:toevoeging LK) is integratie in de Volwassene van al die ervaringen.

Functional fluency

Het bruisende en dynamische van Tudor en Gobes sprak mij aan. Tegelijkertijd was ik beroepsmatig op zoek naar meer handvatten, waardoor persoonlijke effectiviteit inzichtelijk en ook beter overdraagbaar gemaakt kan worden. Dat vraagt ordening, met erkenning van de levendige dynamiek die hier achter schuilgaat.

In juni 2008 organiseerde Joost Levy van Pro Consult een workshop over Functional Fluency, die verzorgd werd door Susannah Temple. Zij is een Engelse TSTA Educational, die in de voorgaande jaren gepromoveerd was op een onderzoek naar persoonlijke effectiviteit en hieromtrent een psychometrisch meetinstrument had ontwikkeld. Zij heeft hierover een aantal artikelen in TAJ gepubliceerd^{ix}, waarvan er één^x door Marijke Arendsen Hein voor Strook werd vertaald.

Het Functional Fluency model geeft structuur en ordening aan de gedachtevorming van Keith Tudor en Landy Gobes, zoals die beschreven is. Het model kan los van, maar eventueel ook gerelateerd aan, het Ego-toestandenmodel worden gebruikt.

Susannah Temple bouwt dus voort op de gedachtevorming over de integrerende Volwassene. Zij brengt het in relatie met persoonlijke effectiviteit en emotionele intelligentie en heeft op basis daarvan haar model voor Functional Fluency^{xi} ontwikkeld.

Bij Functional Fluency gaat het om de **gedragmatige** aspecten van de integrerende Volwassene. Vanuit het model wordt gekeken naar concreet gedrag en het effect wat iemand daarmee voor zichzelf en in zijn omgeving bereikt. Temple kijkt dus naar iemands persoonlijke effectiviteit en zijn/haar vermogen om psychische energie op een adequate manier in te zetten.

Dit model bood mij de handvatten waar ik naar op zoek was! Concreet, gericht op ontwikkeling van het vermogen van mensen om adequaat te handelen.

Susannah Temple heeft als startpunt voor haar model gekozen voor 3 biologische aspecten die bepalend zijn om als menselijke soort te overleven^{xii}: opgroeien, overleven en de volgende generatie grootbrengen.

Deze drie categorieën worden aangeduid met:

Zelfverwerkelijking (voor opgroeien) - Dit gaat over het gebruik van psychische energie voor verdere zelfontplooiing. Het gaat er om Volwassen te worden, of 'jezelf' te worden. Het gaat over identiteitsontwikkeling

Realiteitsbesef (voor overleven)– Dit gaat over het gebruik van psychische energie om op de eisen van het leven te reageren. Het gaat over er bij zijn, op de hier en nu vragen van het leven te reageren en antwoorden voor huidige vraagstukken te vinden.

Sociale verantwoordelijkheid (voor het grootbrengen van de volgende generatie)- Dit gaat over het aanwenden van psychische energie ten gunste van anderen. Het gaat over het nemen van de verantwoordelijkheid, niet alleen voor kinderen, maar ook beroepsmatige verantwoordelijkheid; de leiding over medewerkers, de beïnvloeding van anderen, autoriteit nemen en zelfverantwoordelijkheid.

Deze drie categorieën worden vervolgens onderverdeeld in vijf elementen:

Sociale Verantwoordelijkheid wordt verdeeld in een **controle** en een **zorgend** element.

Realiteitsbesef blijft ongedeeld, omdat in het onderzoekstraject bleek dat dit moeilijk te scheiden viel; er is maar één hier en nu.

Zelfverwerkelijking wordt verdeeld in het **gesocialiseerde** en het **natuurlijke** element.

Vervolgens wordt er een kwalitatief onderscheid gemaakt tussen (5) effectieve gedragsmodi, die goed functioneren en (4) gedragsmodi, die verhoudingsgewijze minder effectief zijn. Deze kwalitatieve beoordeling wordt binnen de gebieden van 'sociale verantwoordelijkheid' en 'zelfverwerkelijking' weerspiegeld in de centrale vraag 'hoe goed?'

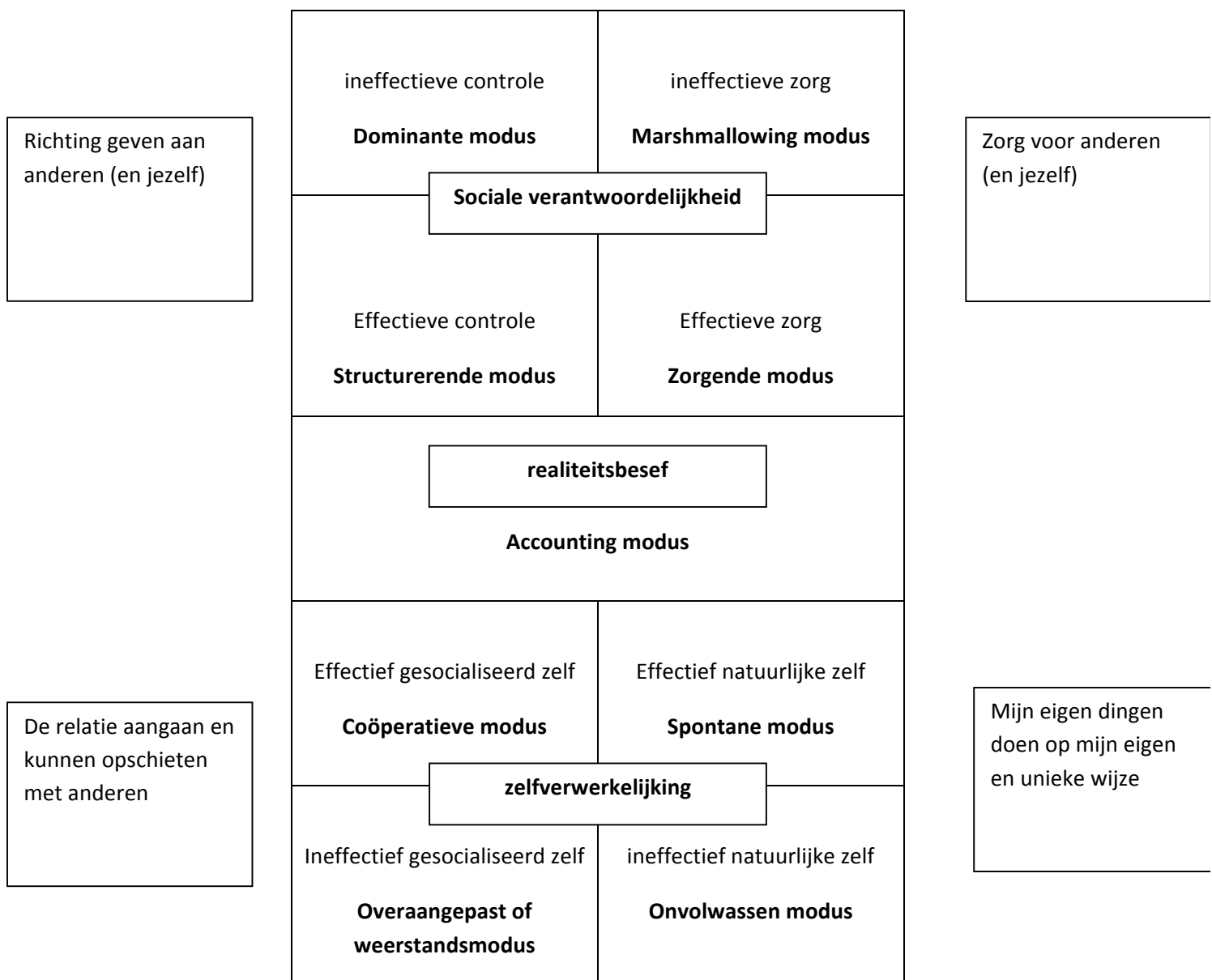
Het element 'realiteitsbesef' wordt de accounting modus genoemd, wat we (de vertalers) onvertaald hebben gelaten, omdat in het Nederlands niet echt een goed equivalent beschikbaar is. Het gaat om het positieve tegenovergestelde van de in de TA veel bekendere term 'discounting' wat de betekenis

heeft van: een intern mechanisme waar bij een persoon aspecten van het zelf, anderen of de realiteit minimaliseert of negeert^{xiii}.

Het gaat hier dus om de vaardigheid de realiteit van het moment goed in te schatten en te kunnen bepalen welk gedrag noodzakelijk is. De accounting modus wordt niet opgedeeld. Als interne waardevrije functie gaat het hier meer over in 'meerdere of mindere mate' in plaats van 'goed of niet goed'.

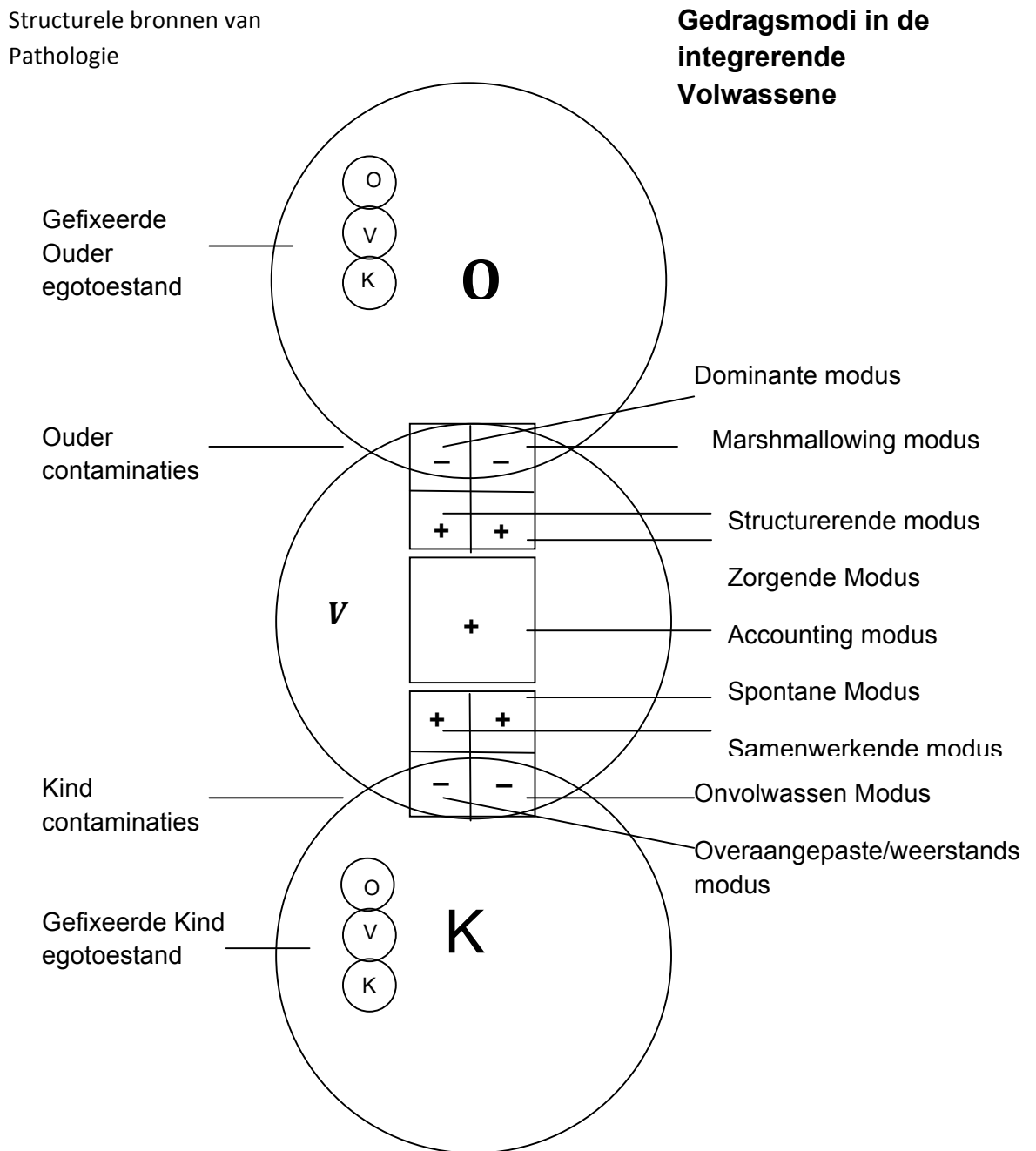
Ook het negatieve zorg element houdt haar naam 'marshmallowing', omdat we hiervoor geen betere vertaling vonden ;alleen van dit zoete, zachte woord de mond al gaat samentrekken.

In de volgende figuur wordt één en ander schematisch weergegeven



De effectieve modi vallen geplaatst in het model van ego-toestanden allen in de integrerende Volwassene. De ineffektieve modi zijn contaminaties, gevormd door (overdrachts-) ervaringen vanuit het verleden.

Aspecten van Ego toestand Structuur en Functie tezamen



TIFF als instrument ten behoeve van Persoonlijke Effectiviteit

Met behulp van het Functional Fluency model werd een ordening aangebracht in de dynamiek van de integrerende Volwassene. Dit ten behoeve van de overdraagbaarheid en de leerbaarheid. De volgende stap die Temple maakte was de ontwikkeling van een instrument, waarmee iemands energieverdeling en effectiviteit zichtbaar gemaakt kon worden en waar vanuit iemand stappen kon uitzetten om een grotere persoonlijke effectiviteit te ontwikkelen. Dit leidde tot de zgn. TIFF. TIFF staat voor Temples Index of Functional Fluency. In een langdurig onderzoeksproces werd een wetenschappelijk gevalideerde vragenlijst ontwikkeld met een hoge betrouwbaarheid. De vragenlijst levert een individueel profiel op van communicatie en gedragspatronen. De basis voor de TIFF wordt gevormd door de 9 gedragsmodi, die steeds door 6 bijvoeglijke naamwoorden beschreven worden. Deze bijvoeglijke naamwoorden vormen op hun beurt de basis voor een vragenlijst. TIFF werkt als gedragsdiagnose en als hulpmiddel voor persoonlijke ontwikkeling met als doel het ontwikkelen van zelfkennis en het bevorderen van sociale vaardigheden. Het bijzondere van TIFF is dat het een uniek persoonlijk profiel oplevert. Anders dan veel andere, psychometrische, instrumenten geeft zij geen 'Typen' (denk aan Belbin, Myers-Briggs) maar geeft zij inzicht in de wijze waarop iemand zijn energie verdeelt in relatie tot anderen en de effectiviteit van dit gedrag.

In het feedbackproces wordt veel aandacht besteed om de in het profiel opgesloten informatie zodanig te verhelderen dat die informatie de cliënt helpt met het verkrijgen van zelfinzicht en het realiseren van haar doelen. De TIFF wordt dan ook alleen aangeboden door adviseurs met een licentie, die er op getraind zijn de benodigde begeleiding te bieden. Zij kunnen een cliënt helpen de diepere betekenis van het profiel te onderzoeken en de wijze waarop zij daarin optimaal profijt kunnen hebben van de uitkomsten. Kennis van Transactionele Analyse is daarin een vereiste.

Daarmee is met Functional Fluency en de TIFF een krachtig instrument toegevoegd aan het TA-instrumentarium tbv training en coaching.

Training en opleiding

Coaches en trainers die met de TIFF willen werken krijgen hiervoor een training die circa 5-6 dagen omvat, naast een tweetal begeleidende supervisies, het opdoen van persoonlijke ervaring en zelfstudie. Daarnaast worden zij ook getraind in het gebruik van de TIFF in teamontwikkeling op basis van 360 graden feedback. In 2010 zal de eerste training in Nederland plaatsvinden. Voor verdere informatie kun je contact opnemen met:

- Lieuwe Koopmans – Lieuwe@lieuwe.net
- Rian Hoorens- Hoorens.Maas@wxs.nl.

Rian Hoorens werkt vanuit haar eigen bureau voor organisatieadvies, training en coaching. Zij werkt op basis van NLP, TA and Systemisch werk. Zij is lid van het internationale TIFF- netwerk.

Lieuwe Koopmans is (P)TSTAO. Hij werkt vanuit zijn eigen bureau voor organisatieadvies, training en coaching. Hij is lid van het internationale TIFF-netwerk.

Literatuur

- ⁱ In januari 2004 en maart 2005 werd eerder aandacht besteed aan het model van Functional Fluency in Strook. In 2 etappes verscheen een vertaling van een artikel van Susannah Temple in TAJ uit 1999 ; Functional Fluency for educational Transactional Analysts, volume 29 no 3
- ⁱⁱ Pearl Drego-Paradigms and model of Ego states-TAJ vol.23 no 1, January 1993
- ⁱⁱⁱ Eric Berne –Games people play - 1964
- ^{iv} Ian Stewart – Ego state and the theory of theory; the strange case of the little professor TAJ 2001, vol. 31, nr. 32
- ^v Eric Berne – TA in de psychotherapie, pag. 192 ev
- ^{vi} Voor dit artikel heb ik gebruik gemaakt van de schets zoals Keith Tudor deze geeft in zijn artikel The neopsyche:the integrating Adult ego state in Ego states onder redactie van Sills en Hargarden, pag. 210 .
- ^{vii} Keith Tudor-The neopsyche:the integrating Adult ego state in Ego states onder redactie van Sills en Hargarden
- ^{viii} Ego States and the Self concept, a panel presentation and discussion-Novoy, Potere Steele, Gobes and Massey, TAJ , vol 23 no 3, July 1993
- ^{ix} Sussannah Temple-Functional Fluency for Educational Transactional Analysts volume 29 nr. 3
- Sussannah Temple – update on the functional Fluency model in education volume 34 nr. 3
- ^x Functional Fluency voor Transactionele Analytici in het onderwijs deel 1 en deel 2 – Strook 4 2004 en Strook 1 2005
- ^{xi} Op verzoek van Susannah Temple is dit begrip in de Nederlandse vertaling integraal overgenomen.
- ^{xii} Hogan, R., Hogan, J. & Trickey, G. (1999) "Goodbye mumbo-jumbo: the transcendental beauty of a validity coefficient", Selection & Development Review Vol. 15, No. 4 pp3-8.
- ^{xiii} The cathexis reader Schiff et al. 1975 p 14