

Een feministische benadering van counseling: ervaringen uit de Verenigde Staten*

door T. van Rooijen-Smoor**

Deze voordracht heeft als onderwerp feministische counseling. Het eerste gedeelte zal gaan over hoe feministische counseling is ontstaan, dan zal ik iets vertellen over de theorie en methodologie om vervolgens aan de hand van een groepsounselingsexperiment te illustreren hoe feministische counseling in zijn werk kan gaan. Op het eind van de jaren '60 kwamen vrouwenpraatgroepen als paddestoelen uit de grond. Aanvankelijk alleen rondom universiteitssteden maar spoedig ook daarbuiten. Deze praatgroepen gaven vrouwen de gelegenheid om alleen met vrouwen op een open manier te praten over zichzelf, kinderen, mannen, huishouden en beroep. Men kwam tot de ontdekking dat men met allerlei mythen en vooroordelen was opgegroeid over hoe een vrouw hoort te zijn en dat dit voor velen een oorzaak van onvrede en droefheid in hun leven was.

'The problem, that has no name', noemde Betty Friedan (1963) dit in haar boek *Feminine Mystique*.

Ook in de wetenschappelijke literatuur vinden we duidelijke voorbeelden van deze mythen. Bruno Bettelheim (1965) stelde: 'We must start with the realisation that as much as women want to be good scientists or engineers, they want first and foremost to be womanly companions of men and to be mothers.'

'Mature womanly fulfillment' berust voor Erik Erikson (1964) op het gegeven dat: 'A woman's somatic design harbors an inner space destined to bear the offspring of chosen men and with it, a biological, psychological and ethical commitment to take care of human infancy.'

Uit de vele onderzoeken die de laatste jaren door vooral Amerikaanse feministen zijn gedaan, blijkt dat deze mythen ongegrond of minstens ongenueanceerd zijn. Voor de meest bekende feministische onderzoekers wil ik verwijzen naar: Eleonor Maccoby, Naomi

* Voordracht gehouden tijdens het symposium over de vrouwelijke seksualiteit, georganiseerd door het Nederlands Psychoanalytisch Genootschap, 7 november 1975 te Zeist.

** Als pedagoge verbonden aan de staf van de Nationale Advieskommissie Emancipatie.

Weisstein, Judith Bardwick, Lois Hoffman en Elizabeth Douvan. Als in de sociaal-wetenschappelijke vakliteratuur de stereotypen al dicht bezaaid liggen, is het dan te verwonderen dat vrouwen het slachtoffer zijn op vele terreinen en feministen voortdurend bezig zijn om onrechtvaardigheden te vereffenen?

Het lijkt me wenselijk om enkele voorbeelden te geven van hoe vrouwen slachtoffer zijn van hun vrouw zijn.

Het werk van vrouwen wordt bevooroordeeld. Philip Goldberg (1971) liet vrouwelijke studenten enige artikelen beoordelen. Twee gelijke sets van artikelen werden samengesteld. In de ene set werd een artikel toegeschreven aan een mannelijke auteur, in de andere set werd hetzelfde artikel toegeschreven aan een vrouw. Iedere student las de artikelen en moest ze waarderen op belangrijkheid, kwaliteit, duidelijkheid en schrijfstijl. De identieke artikelen ontvingen beduidend lagere waarderingen als ze toegeschreven waren aan een vrouw dan wanneer ze zogenaamd van mannehand afkomstig waren.

Vrouwen kampen niet alleen met angst om te falen, maar ook met angst om succes te hebben. In 1968 toonde Martina Horner in haar proefschrift aan, dat bij vrouwen de motivatie om academisch te presteren belemmerd wordt door ambivalentie. Het leveren van intellectuele prestaties, maar vooral het de beste zijn, de competitie winnen zou kunnen resulteren in het verliezen van liefde en populariteit: dit vormt een bedreiging van het gevoel van vrouwelijkheid. Horner vond ook dat vrouwelijke studenten die hun bekwaamheid al hadden getoond in bepaalde tests, een daling in prestatie vertoonden wanneer diezelfde taken werden uitgevoerd onder competitieve condities. Dit was vooral zo als er bij die competitie mannen betrokken waren. Ook bleek dat hoe bekwaamer een vrouw is, hoe meer zij onzeker wordt over haar prestaties.*

Ann Oakley (1974) vond dat in Engeland huisvrouwen tussen de 20 en 30 jaar met één of meer kinderen tussen 48 en 105 uur per week aan het huishouden werkten. De vrouwen die 48 uur werkten hadden een volle baan buitenshuis. In een onderzoek van Linda Fidell (1974) bleek dat als een vrouw in de V.S. naar de dokter gaat het zeer waarschijnlijk is dat zij voor haar klacht kalmerende pillen krijgt en niet behandeld wordt voor haar ziekte, terwijl een man wel voor zijn ziekte behandeld zou worden. Er blijken 2 keer zoveel vrouwen als mannen te zijn onder de 40% van de volwassen Amerikaanse bevolking die stemmingsveranderende drugs innemen. Drugreclame, zoals die voorkomt in bijv. het *Journal of the*

* Horner's theorie is sindsdien voor velen een stimulans geweest om verder onderzoek op dit gebied te ondernemen. Hoewel Horner's bevindingen t.a.v. angst voor succes consistent blijven voor vrouwen van 1965 tot 1971, vinden Hoffman (1974) en ook anderen een toename in angst voor succes bij mannen in 1972, terwijl vrouwen evenveel angst blijven houden. Een literatuur-overzicht over dit onderwerp wordt gegeven door Mednick en Weissman in de *Annual Review of Psychology* (1975) onder het hoofdstuk *De Psychologie van de Vrouw*.

American Psychiatric Association, vertoont mannen die geholpen worden voor hun ziekte, maar vrouwen figureren als tobbede wezens die een pepill nodig hebben. Ook vond Fidell dat het in 75% van de advertenties in *Modern Medicine* over stemmingsveranderende pillen alleen vrouwen betrof. Tirrell Harris (1975) vond een hoog percentage van psychiatrische stoornissen bij arbeidsvrouwen in Londen van wie de kinderen jonger dan 6 jaar oud waren: 42% in vergelijking met 14% bij vrouwen zonder kinderen. Angus Campbell (1975) concludeerde dat getrouwde vrouwen zich beter voelen, minder depressief zijn, minder psychiatrische stoornissen hebben en meer genieten van huwelijksgeluk, vóórdat er kinderen zijn dan daarna. Wanneer de kinderen langzamerhand het huis verlaten komen de gevoelens van de tijd waarin ze geen kinderen hadden terug (Campbell, 1975); zie ook Bernard (1972), Veroff en Feld (1970) en Friedan (1963).

Als de vrouw die ongelukkig is om hulp vraagt, wordt ze opnieuw het slachtoffer, aldus Phyllis Chessler (1971). Ze ondervindt dat ze niet serieus wordt genomen en teruggeworpen wordt in gefixeerde rolverwachtingen. Ze wordt geïntimideerd en afhankelijk gehouden. Vrouwen worden gauwer gek verklaard dan mannen. Er zijn meer vrouwen in psychiatrische inrichtingen en in psychotherapie. Chessler definieert traditionele psychotherapie als een vorm van sociale en politieke controle, die tijdelijke opluchting verleent, en die een illusie van zelfcontrole en een 'selfindulgent' vorm van zelfkennis oplevert. Dit is niet zo verwonderlijk in het licht van de psychologische theorieën waarmee psychotherapeuten opgegroeid zijn. 'Psychology constructs the female', zegt Naomi Weisstein (1972). De psychologie weet niets van hoe vrouwen zijn, wat ze nodig hebben en wat ze willen. Persoonlijkheidstheorieën zijn gebaseerd op de zogenaamde 'jarenlange ervaring', niet op objectieve empirische evidentie. Een moeilijkheid met aanvoelen, intuïtie en inzicht is dat bevestigd wordt wat je als vooroordeel hebt (Rosenthal, 1968). En het argument dat de theorie misschien zwak is maar dat er in ieder geval mensen door genezen worden, is ook een desillusie (Eysenck, 1952). Psychologen benadrukken factoren binnen het individu en gaan veelal voorbij aan determinanten die in het sociale systeem zijn gelegen ('individual blame' versus 'system blame' noemen Caplan & Nelson (1972) dit). Het ongelukkig zijn van vrouwen wordt gezien en behandeld als een probleem van individuele pathologie, ongeacht het feit dat *zoveel* andere vrouwen, patiënten en niet-patiënten, ongelukkig zijn.

Als je je niet kunt aanpassen of tevreden kunt zijn in deze rol als vrouw gaat het om een afwijking van 'de natuurlijke psychologie van de vrouw' en niet om kritiek op zulke rollen.

Feministische counseling is gegroeid uit het bewustwordingsproces dat plaatsvond in de praatgroepen. Het gaat hier om het helpen van vrouwen om zich zodanig te veranderen dat zij in staat zijn zich onafhankelijk te gedragen en tot zelfverwerkelijking te komen. Meisjes en vrouwen worden aangemoedigd paden te exploreren

waaraan hun emotionele en intellectuele capaciteiten op dat moment behoefte hebben.

Dus niet aanpassen aan de sexistische wereld en er gelukkig mee proberen te zijn. (Met sexistisch wordt bedoeld, het doen en laten bepalen en oordelen volgens de tot op heden gangbare rolverdeling tussen man en vrouw.)

Feministische counselors gaan ervan uit dat de mens niet alleen wordt bepaald door een innerlijke structuur, maar vooral dat er maatschappelijke structuren zijn die het gedrag kunnen bepalen. Een feministische therapeut vertegenwoordigt niet een bepaalde school of richting. De methodologie is nog in opbouw. Zij kan allerlei soorten technieken gebruiken, in het licht echter van bepaalde feministische doelen. Zij gaat met de hulpvragende om op basis van gelijkheid. De hulp wordt gekenmerkt door het aanbieden van duidelijke middelen.

Wat zijn die feministische doelen?

1 *Zelfaanvaarding* — Het is belangrijk voor een vrouw om de sterke en zwakke plekken te accepteren zonder er over op te scheppen of te klagen. Naast het zichzelf accepteren zonder defensief te zijn, moet men ook anderen kunnen accepteren.

2 *Assertion (zelfbevestiging)* — Assertief zijn, zegt Jakubowski-Spector, komt in het kort hierop neer: het is een manier van communiceren en handelen, waarbij je het recht hebt om je eigen gedrag, gevoelens en denken te toetsen. Een paar hoofdpunten zijn hierbij:

- je niet te laten manipuleren, je kunt weigeren;
- niet defensief zijn;
- je kunt vergissingen maken;
- je kunt onlogisch zijn en van gedachten veranderen (Jakubowski-Spector, 1973).

3 *Autonomie* — Hoewel men houdt van intimiteit met anderen is men er niet afhankelijk van om zich lekker te kunnen voelen. Een vrouw hoeft niet de 'voedende moeder' te zijn. Ze is in staat afstand te doen van huis, man en kinderen. Ze kan ook aan zichzelf denken, zonder zich schuldig te hoeven voelen.

Gebrek aan zelfstandigheid komt ook tot uiting in het niet kunnen nemen van beslissingen. Een ander denkt dan voor haar. Ze is niet zichzelf, ze wordt door anderen geleefd.

4 *Interpersoonlijke relaties* — Vrouwen hebben niet geleerd te vertrouwen op hun gevoelens van kracht en volwaardigheid. Ze zijn van zichzelf vervreemd. Dit wordt versterkt doordat vrouwen met elkaar concurreren om de gunsten van de mannen. Pas wanneer ze bevrijd zijn van deze vervreemding, kunnen zij echte vriendschap en steun verwachten, kunnen zij liefhebben en meeleven op basis van wederzijds begrip. Het is belangrijk sterke interpersoonlijke relaties te hebben, om zichzelf te kunnen verwerkelijken.

5 *Zelfverwerkelijking* — Het stimuleren bij vrouwen om kennis en talenten tot volle ontwikkeling te laten komen los van traditioneel rolgedrag.

6 *Sexroldoorbreking en seksualiteit* — Vrouwen moeten sexrollen kunnen doorbreken, omdat die een beperking kunnen zijn van hun ontplooiing. Zij moeten stereotiep gedrag vermijden in de omgang met het andere geslacht.

Deze formulering van feministische doelen is niet volledig en voor verbetering vatbaar. Zij is sterk op de theorie van Maslow geïnspireerd. Verschillende therapeuten en groepen zullen andere doelen of termen gebruiken en hun methodologie kan verschillen. Zo is de Berkeley Radical Therapy Collective nogal geïnspireerd door methoden die ontwikkeld zijn in de 'transactional analysis', terwijl een Feminist Therapy Collective in New York meer gedragstherapeutisch te werk gaat.

Het experiment

Ik zal u laten zien hoe deze feministische doelen toegepast kunnen worden (Van Rooijen-Smoor, 1975) aan de hand van een groeps-counselingsexperiment dat ik met alleenstaande moeders met jonge kinderen gedaan heb in 1973, toen ik werkte aan het Center for Continuing Education of Women aan de Universiteit van Michigan. Het Center ontstond in 1964 vanuit een bezorgdheid over het feit dat vele volwassen vrouwen hun onderwijs en carrière hadden afgebroken door huwelijk en gezinsverantwoordelijkheden. De laatste jaren bleek de gemiddelde leeftijd van de vrouwen die in het Center gecounseld werden te zijn gedaald van 40 jaar tot beneden de 30 jaar. Ook bleek er een toename in gescheiden vrouwen en vrouwen met kleine kinderen (Walker 1974). De moeders onder hen vergden een speciale benadering.

Moeders van jonge kinderen onder 4 jaar worden geconfronteerd met een eindeloze rij problemen. Het moederschap wordt verondersteld totale voldoening te schenken en andere wijzen van bevrediging moeten afgesloten worden. De druk van het ouderschap komt bijna geheel op hen neer en men ziet dan ook dat ze 'het vermoeide moedersyndroom' ontwikkelen. Ze zijn doodmoe, gauw geïrriteerd, hebben moeite zich te concentreren, zijn depressief, bang en huilerig. Ze hebben een sterke behoefte om met iemand te praten hoewel ze aanvankelijk gereserveerd zijn om hun klachten te uiten. Ze hebben geen spijt van hun moederschap, maar ze voelen zich schuldig over hun onvrede erover.

Het kerngezin dat zichzelf in alle behoeften voorziet, verergert de moeilijke situatie van de jonge moeder. Ze leeft geïsoleerd en is buitengesloten van intellectuele, culturele en sociale ervaringen. Haar kind krijgt te veel aandacht en ze verliest haar zelfvertrouwen en identiteit als persoon (Friedan, 1963; Klein, 1973; Myrdall en Klein, 1956; Slater, 1970).

Deze moeders individueel counselen had geen zin, omdat het geen gelegenheid gaf problemen met vrouwen in gelijke omstandigheden te delen, zich met elkaar te identificeren en daardoor gezamenlijk hun krachten te activeren. Groeps-counseling heeft daarentegen de mogelijkheid om de problemen van moeders met jonge kinderen

te erkennen, inzicht te krijgen in de betekenis van kinderen, isolatie te doorbreken, schuldgevoelens weg te nemen, zelfhulp te initiëren in de vorm van informatie, ideeën uit te wisselen en diensten te verlenen als transport en kinderoppas, te steunen in crisistijden, bij examens en te ondernemen stappen, zelfvertrouwen te winnen, interesses te ontwikkelen, een baan te vinden, onderwijs te volgen en persoonlijke stabiliteit en ontplooiing te verkrijgen.

De groep

Ik ben begonnen met het counsellen van alleenstaande moeders hoewel ik net zoveel moeders met echtgenoten had die geïnteresseerd waren in het project. De situatie van alleenstaanden is echter nog wanhopiger dan die van de getrouwde moeder.

De groep bestond uit zes deelnemers, inclusief de counselor. De deelnemers waren: *Linda*, 22 jaar, ongetrouwd, moeder van een driejarige zoon van een 'black' vader. Ze komt van een klein 'Community College' en is nu eerstejaars student aan de Universiteit van Michigan met zo'n 40.000 studenten. Ze wil arts worden. *Kathy*, 31 jaar, heeft een zoon van twee, is gescheiden van haar man, werkt halftime en volgt een cursus aan een naburig Community College. Ze heeft een 'degree' van een beroemd college en ze komt uit een arbeidersgezin in New York. *Susan*, 27 jaar, is gescheiden, heeft een zoon van twee en een B.A. in journalistiek. *Jenny*, 27 jaar oud, gescheiden, is een Chinese immigrant. Ze heeft een eenjarige zoon en wil naar de universiteit. Ze kwam als tiener naar de V.S. met haar stiefouders en heeft een trieste gezinsachtergrond. *Desirée*, 24 jaar, gescheiden, heeft een eenjarige zoon, is bezig haar B.A. aan de universiteit van Michigan af te maken, maar is nog steeds op zoek naar een carrière. Alle moeders ontvangen bijstanduitkering. De meeste vrouwen komen uit streng religieuze arbeiders- en middenstandsachtergronden.

Organisatie

Het grootste probleem bij het starten van de groep was de organisatie: een ruimte die voor iedereen bereikbaar was (transport), een tijd waarop iedereen kon komen (colleges, ziekte, kinderen) en het moeilijkste, het vinden van oppas mogelijkheden. Sommige moeders moesten hun kind naar de groep meenemen, omdat ze geen geld voor een oppas hadden of niet konden ruilen. We deelden dan de verantwoordelijkheid voor het kind. Ik had altijd wat speelgoed beschikbaar voor het geval dat nodig was.

Het programma

Het plan bestond om 5 maal 2 uur bij elkaar te komen en de volgende punten te bespreken:

- 1 — doel van de bijeenkomst;
- 2 — waarom zijn we moeders;

3 — de betekenis van kinderen;

4 — zelfevaluatie: waar sta ik, wat zijn mijn waarden (zelfstandigheid, gezelligheid), wat zijn mijn doelen (het kiezen van een carrière, een baan, onderwijs en rollen);

5 — samenvatting, wat is de volgende stap, definiëren van doelen, beslissingen nemen en oplossen van problemen.

De eerste helft van de bijeenkomsten hield in het bewustmaken van zichzelf en van andere leden (zelfaanvaarding). De tweede helft was gericht op gedragsverandering (zelfverwerkelijking).

Verloop en inhoud van de bijeenkomsten

Eerste bijeenkomst

Tijdens de eerste bijeenkomst introduceerden we onszelf waarna we bespraken, hoe we als groep konden functioneren.

Ik vertelde wat mijn rol inhield als organisator van de bijeenkomst, als degene die onderwerpen voorbereidt, voorziet in materiaal en boeken van de bibliotheek en die individueel geconsulteerd kan worden. Ik moedigde de deelnemers aan zelf met ideeën te komen. Hierna bespraken we waarom we bij elkaar waren gekomen. Deze vraag sloeg in als een bom.

Linda begon meteen te huilen toen ze aan de groep vroeg hoe ze haar situatie als ongehuwde moeder kon hanteren. 'Je moet zoveel doen, je hebt je prioriteiten, maar er is nu eenmaal zoveel wat je kunt doen en je eigen leven staat onderaan de lijst. Het is een luxe om over jezelf of over je kinderen te praten.' Susan: 'ik ben gescheiden, ik wil graag leren alleen voor mijn kind te zorgen, een goede moeder te zijn.' Jenny: 'In China zou ik zelfmoord gepleegd hebben, een ongehuwde moeder is sociaal onacceptabel. Hoe kan ik mijn zoon zonder vader op laten groeien? Ik schaam me een alleenstaande ouder te zijn.' Kathy: 'ik wil graag weer terug naar school, maar ik voel me schuldig om mijn tijd aan mezelf of aan een studie te besteden en niet aan mijn kind.'

Iedereen was het met elkaar eens dat ze naar de groep waren gekomen om andere alleenstaande moeders te ontmoeten. Ze vonden dat ze hun problemen niet konden bepraten met getrouwde moeders of ongetrouwde vrouwen zonder kinderen.

Uit de bijeenkomst bleek hoe gemotiveerd de groep was en hoe zeer zij in staat waren zichzelf uit te drukken. Men oefende druk uit op elkaar om regelmatig te komen. En nu al verleende een vrouw een ander een dienst door te helpen bij een verhuisprobleem. We besloten de bijeenkomst met het geven van huiswerk: het opschrijven van onderwerpen die men wilde bediscussiëren in de komende tijd.

Tweede bijeenkomst

Niemand had het huiswerk gemaakt. Men had al te veel huiswerk dat gedaan moest worden. Deze keer bespraken we het onderwerp 'waarom zijn we moeders' en de 'betekenis van kinderen'. Zwaniger zijn was een verrukkelijke situatie voor Linda en Kathy. Voor

hen en Jenny speelden gevoelens voor de vader geen rol in hun moederschap. Zwangerschap was een gebeuren op zichzelf. Vier moeders waren zwanger geworden voor ze trouwden. Eén moeder was nooit getrouwd geweest. Hoewel allen de mogelijkheid hadden om abortus of adoptie te overwegen was iedereen erg positief over het houden van de baby. Allen waren het er over eens, dat de tijd waarop ze hun kinderen hadden gekregen slecht was. Desirée zag haar baby als een manier om de relatie met de vader te verstevigen. Jenny wilde een kind om een manier te creëren iemand die echte liefde te geven die zij als kind gemist had. Een heftige discussie vond plaats over moeder-dochterrelaties.

Linda: 'Ik realiseer me dat ik in de relatie die ik heb als moeder rekening moet houden met hoe mijn eigen moeder was. Ik denk dat ik een supermoeder moet zijn en mijn moeders fouten moet compenseren.' Susan: 'Wat gebeurt er als je verwachtingen t.a.v. kinderen niet uitkomen? Je kunt niet vermijden verwachtingen te hebben, maar onze kinderen zijn ook individuen, met eigen keuzen en doelen.' Desirée: 'Ik vraag me echt af of mannen kunnen houden van kinderen en voor ze zorgen. Mijn zoons vader laat alles koud. Mannen met wie ik uitga schrikken wanneer ze ontdekken dat ik een kind heb of ze misbruiken me.'

De meeste vrouwen vonden dat hun kind hun steun en richting gaf om verder te leven.

Over vrienden: 'Ik kan wel op bezoek komen bij vrienden zolang mijn kind rustig is en geen lawaai maakt, zo gauw het dat doet ben ik verantwoordelijk.' 'We kunnen geen sociaal leven hebben, we moeten genoeg hebben aan onszelf.'

We besloten de bijeenkomst met 'brainstorming' over hoe we onze levens konden veranderen. De meest belangrijke aspecten waren hierbij: de noodzaak van een omgeving die steun geeft; het hebben van informatiebronnen en het kunnen nemen van risico's.

Derde, vierde en vijfde bijeenkomst

De laatste drie bijeenkomsten werden gebruikt om te praten over:

- 1 — Wat zijn mijn interesses (zelfevaluatie).
 - 2 — Wat wil ik in een baan doen (kiezen van een beroep).
 - 3 — Welke vaardigheden en diploma's moet ik hebben om die baan te krijgen (maken van een plan).
 - 4 — Hoe kies ik een plan waar ik aan wil werken in dit programma.
- Hoewel ik de voorbereiding van de bijeenkomsten met behulp van te behandelen punten had gestructureerd, verliepen alle bijeenkomsten zonder ons precies aan het schema te houden. Maar uiteindelijk bleken we toch de vraagstellingen ongeveer gedekt te hebben. Tijdens de vijfde bijeenkomst deelde ik een evaluatie-vragenlijst uit. Om de discussie in te leiden, introduceerde ik een oefening (succes identification and strength bombardment), die het zelfvertrouwen en het vertrouwen in elkaar behoorde te verstevigen. Het leek belangrijk om je goed en sterk te voelen, wilde je openstaan voor je eigen capaciteiten en gevoelens. De bespreking van de 4 punten lokten discussies uit over: waarden in het leven, invloed in

de maatschappij, betekenis van succes, prestatie en macht, onderwijs met het doel tot zelfverwerkelijking of alleen om de diploma's. Kathy wist niet of ze na haar succesvolle 'undergraduate' opleiding aan het gerenommeerde Barnard College ook aan een prestige-universiteit een opleiding moest volgen als advocaat. Linda wilde arts worden i.p.v. verpleegster omdat ze ontdekt had de status en onafhankelijkheid van een arts te willen hebben, die nodig zijn om medische voorzieningen te verbeteren. Onherroepelijk volgde uit de discussie het probleem van de bijstand. Ze vonden wel dat zij recht op bijstand hadden, maar vonden het een vernederende situatie, zonder een eind in zicht. Een baan betaalt bijna niets door gebrek aan diploma's en men heeft geen geld om onderwijs te volgen. Tijdens de bespreking van vraag 2 en 3 deden we een oefening om 'assertive' te kunnen zijn. Ook deze vrouwen leden er onder niet voor hun recht op te kunnen komen, wat juist zo belangrijk is om toegelaten te worden op de universiteit, of bij het solliciteren naar een baan. Zij hadden de neiging in hun schulp te kruipen, schuldgevoelens te krijgen of boos te worden.

Alle bijeenkomsten werden meestal beëindigd met het geven van huiswerk, zoals een boek lezen, naar iets informeren, vaak van heel concrete informatie, zoals: Hoe krijg je bijstand, ziekteverzekeringen, een beurs.

Zesde bijeenkomst

Deze werd extra ingelast omdat er niet genoeg tijd bleek te zijn om het hele programma af te werken. Ik kreeg de ingevulde vragenlijst terug en besprak vervolgens mijn indrukken van de groep: het feit dat ze een hechte groep vormden, gevoelig voor elkanders noden en hoe ze gevorderd waren in het functioneren in de groep. De groep voelde zich nog te onzeker om alleen te functioneren en wilde graag nog een paar keer bij elkaar komen met de counselor. We spraken af 2 maal bij elkaar te komen zonder de counselor en over 3 weken elkaar weer te ontmoeten.

Verschillende moeders lieten weten door de groep te hebben ontdekt niet alleen te zijn in hun problemen, wat hun steun en moed gaf door te leven. Op de vraag wie concrete suggesties had om elkaar van dienst te zijn en de isolatie van moeders-alleen te doorbreken, werd een aantal ideeën genoemd, zoals: leven in een commune (het voor en tegen), een handboekje schrijven voor alleenstaande moeders, een vereniging opzetten (contactgroep voor andere alleenstaande moeders, pressiegroep enz.), een crisistelefoonnummer.

Ook bespraken we hoe de groep zelf kon functioneren, wat mijn rol zou zijn als counselor in de toekomst voor de groep of voor individuen. Ik bood een lijst met onderwerpen aan die besproken konden worden tijdens hun eigen bijeenkomsten. We besloten met een demonstratie van technieken, die bruikbaar zijn bij het oplossen van problemen en het nemen van beslissingen, toegepast op het ene plan waar ze aan zouden werken.

Follow-up

Over het algemeen werd positief gereageerd op de bijeenkomsten zonder counselor, ze voelden zich anders verloren, ze begrepen elkaar en hoefden elkaar niets uit te leggen. Ze hadden nog moeite met de dynamiek van de groep. Het was duidelijk, dat ze naar een doel wilden werken en dat gelijkheid in de groep noodzakelijk was.

Verschillende moeders hadden ervaring met psychotherapie. Zij vonden dat de groepsbijeenkomst ook een therapeutische werking had. Maar vooral gaf zij aan de leden veel steun, doordat er rekening werd gehouden met praktische problemen en doordat er op gelijke basis gediscussieerd werd. Ze voelden zich normaal en niet gek, zoals dat het geval was in hun psychotherapie.

Evaluatie

De bevindingen van dit experiment moeten met voorbehoud geïnterpreteerd worden. Er waren alleen zes bijeenkomsten van anderhalf uur plus 1 follow-up, wat toch wel zijn beperkingen heeft voor een diepergaande discussie, het ontwikkelen van persoonlijke relaties en het bewerkstelligen van gedragsveranderingen.

Uit de vragenlijst en uit het persoonlijk contact bleek dat alle moeders naar de groep kwamen om ervaringen en informatie te delen, problemen op te lossen en te leren van anderen met jonge kinderen. Een vond haar ervaringen zo positief dat het haar overtuigde dat ze voor zichzelf kon zorgen. Ze ondervonden begrip en vriendschap van de groep en erg veel morele en werkelijke steun. Hieruit blijkt een beantwoording aan punt 4 van de feministische doelen: het leggen van interpersoonlijke relaties.

Ze ontdekten dezelfde problemen te hebben van financiële aard, oppasmogelijkheden, opvoeden van kinderen, eenzaamheid en niet weten wat met zichzelf te doen. Sommige moeders waren depressief en dachten abnormaal te zijn. Zij leefden zo geïsoleerd met hun schuldgevoelens dat dit hun eerste gelegenheid was over hun gevoelens, problemen en frustraties te praten. De moeders leerden zichzelf te aanvaarden (feministisch doel 1).

Er is een maatschappelijke druk om extra goed te functioneren als moeder, student en huisvrouw. Mensen zijn kritischer ten aanzien van ongehuwde moeders en vellen gauw een oordeel. Het lijkt erop dat de maatschappij ze arm en afhankelijk wil houden.

Hier ligt het probleem van 'assertion' (feministisch doel 2).

Vanwege deze druk zijn ze gauw geneigd zich terug te trekken, waardoor ze in hun positie van afhankelijkheid en armoede verstevigd worden. Dit is een kringproces waar speciaal vrouwen in terecht raken en is een reden waarom een assertiveness training meer tijd besteed zou moeten worden.

Vier van de 5 vrouwen zijn naar de universiteit teruggekeerd. Allen zagen in het krijgen van onderwijs een manier om financieel en psychologisch onafhankelijk en een beter mens te worden. Het

krijgen van onderwijs was een weg tot het doorbreken van de isolatie en tot integratie in de maatschappij. Het met succes volgen van onderwijs gaf beloningen, hetgeen in het huishouden niet zo zeer het geval was. Huwelijk was zeker niet hun eerste doel. Deze gegevens gaven duidelijk aan dat de leden zichzelf aan het verwelken waren, wat tevens als gevolg had hun groei naar autonomie (feministisch doel 3,5).

Het werken aan sexroldoorbreking (feministisch doel 6) was een evidente zaak, omdat de vrouwen niet alleen zowel de mannen- als vrouwenrol moesten opnemen, maar ook omdat zij openstonden voor het kiezen van niet-traditionele vrouwenvakken (als medicijnen en advocatuur) of het lenen van geld om hun studie te financieren.

Samenvattend zou ik willen zeggen dat hoewel ik alleen over de ervaringen van één experiment spreek en van twee andere groepen die ik heb geleid, door deze counselingswijze een begin heb gemaakt aan een beantwoording van de feministische doelen: zelf-aanvaarding, assertion, autonomie, interpersoonlijke relaties, zelf-verwelken en sexroldoorbreking. Bovendien observeerde ik een paar veranderingen die door de bijeenkomsten gerealiseerd werden (naar de universiteit gaan, een baan krijgen, organiseren van oppasmogelijkheden, het creëren van vrije tijd).

Het leven van deze vrouwen gaat echter niet over rozen, ze hebben nog een lange weg voor zich, maar er is tenminste beweging in: het vinden van zichzelf.

Bibliografie

- Bettelheim, B., *The Commitment Required of a Woman Entering a Scientific Profession in Present Day American Society in Women and the Scientific professions, MIT symposium of American Women in Science and Engineering*, Cambridge Mass., 1965.
- Campbell, A., *The American way of mating, marriage, children may be*, *Psychology Today*, Vol. 8, no. 12, 37-42 (May 1975).
- Caplan, N. and S. Nelson, *On being useful. The nature and Consequences of Psychological research on Social Problems*, *American Psychologist*, Vol. 28, no. 3, 199-211 (1973).
- Chester, Ph., *Patient and Patriarch: Women in the psychotherapeutic relationship. Women in sexist society*. Vivian Gormick & Barbara K. Moran ed. Basic Books, New York, 1971.
- Erikson, E., *Inner and Outer Space: Reflections on Womanhood Daedalus* 93 (1964), 582-606.
- Eysenck, H. J., *The effects on psychotherapy: An evaluation*, *Journal of Consulting Psychology*, no. 16, 319-324 (1952).
- Fidell, L., *Men get cured, women get drugged*, by Michael Castleman, *Herself Ann Arbor*, april 1974.
- Friedan, B., *The feminine mystique*. Dell, New York, 1963.
- Ph. Goldberg, *Are women prejudiced against women?* *Transaction* (april 1968).
- Harris, T., *Social Factors in neurosis with special reference to depression*, Unpublished paper, London, 1975.
- Horner, M., *Sex differences in achievements motivation and performance in*

- competitive and non-competitive situations. Unpublished doctoral dissertation, The University of Michigan, Ann Arbor Michigan, 1968.
- Hoffman, L. W., Fear of success in males and females: 1965 and 1972. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 42, 353-358 (1974).
- Jakubowski-Spector, P., Facilitating the growth of Women through Assertive Training. *The counseling Psychologist* 41, 75-86 (1973).
- Johnson, A., Humans, the real guinea pigs, *Herself*, Ann Arbor (June 1975).
- Klein, C., *The single parent experience*. Avon Books, New York, 1974.
- Mednick, M. and H. Weissman, The psychology of woman. Selected Topics, in: *American Review of Psychology*. Vol. 26, Palo Alto 1975.
- Myral, A. and V. Klein, *Woman's two roles*. Routledge and Degan Paul Ltd., London, 1956.
- Oakley, A., *Sociology of housework*. Martin Robertson Publishers, London, 1974.
- Rooijen-Smoor, T. van, An experiment in group-counseling of young non-married mothers, *Impact.*, Vol. 3, no. 6, Ann Arbor, Michigan, 1975.
- Rosenthal, R. and L. Jacobson, *Pygmalion in the Classroom: Teachers expectations and Pupils Intellectual development*. Holt, Rinehart & Winston, New York, 1968.
- Rosenthal, R., *Experimenter effects in Behavioral Research*. Appleton-Century Crofts, New York, 1966.
- Slater, P., *The pursuit of loneliness*. Beacon Press, Boston, 1970.
- Veroff, J. and S. Feld, *Marriage and Work in America, a study of motive and roles*. Van Nostrand Reinhold Co., New York, 1970.
- Walker, L., CEW Data Reflect Woman's life Patterns. *Summer Newsletter, Center for Continuing Education of Women*. The University of Michigan, Ann Arbor, 1974.
- Weisstein, N., Psychology Constructs the female. *Women in sexist Society*. Vivian Gormick and Barbara K. Moran ed. Basic Books, New York, 1971.