

Een dialogische benadering

[Joep Wijsbek](#)

[Uitgeverij Quist](#); ISBN-13: 978-90-77983-47-8

trefwoorden: Zingeving, zelfreflectie, levenskunst, psychologie, zelfkennis, leef!

Bewust stilstaan bij onze eigen, persoonlijke zingeving hoe het mij vergaat te midden van de vele, ingrijpende veranderingen op allerlei terreinen in onze samenleving – is een activiteit die we volgens Joep Wijsbek regelmatig moeten beoefenen. Het helpt ons in deze tijd van dynamiek en turbulentie de balans in onszelf te bewaren. Zo'n regelmatige zelfreflectie past ook in de hedendaagse filosofie van de levenskunst. Een belangrijk uitgangspunt in deze filosofie is dat mensen tegenwoordig, in de context van onze huidige postmoderne samenleving, steeds meer over de ruimte beschikken om vorm te kunnen geven aan hun eigen leven.

Wijsbek beschrijft een methodiek die hij gedurende de afgelopen tien jaar heeft ontwikkeld om op een praktische manier aan deze zelfreflectie diepgang te geven. In zijn benaderingswijze heeft hij de logofilosofie, de waarderingstheorie en de theorie van het dialogische zelf, geïntegreerd in een samenhangend concept. Uitmondend in een concrete, werkbare aanpak. De verbinding tussen de zienswijze van Viktor Frankl en die van Hubert Hermans is voor de dagelijkse praktijk van ons leven van grote betekenis. Niet alleen op individueel niveau, maar ook op organisatieniveau en maatschappelijk niveau. De Zelfkonfrontatiemethode (ZKM) als methode met in het verlengde daarvan de hierop gebaseerde, door hem in de afgelopen jaren ontwikkelde varianten ZKM-Organisatie, de ZelfReflector en de (dialogische) methodiek Reflect-on vormen daarbij een waardevol hulpmiddel.