

Vuurvogel


Phoenix
Opleidingen

jaargang 10 – nummer 18/2013

verschijnt 2 x per jaar

Ethiek

De ontmoeting als werkruimte



Voorwoord

'Ethiek – de ontmoeting als werkruimte' is het thema van deze Vuurvogel. Ethische reflectie staat bij Phoenix Opleidingen hoog in het vaandel. We hechten er belang aan dat professionals reflecteren op hun handelen en regelmatig stilstaan bij de vraag: doe ik het goede? Niet voor niets is er aan Phoenix al jaren een Ethische Commissie verbonden, die onder andere onze Ethische Code bewaakt en die voor de deelnemers aan die code een aantal keer per jaar studieavonden organiseert met workshops en lezingen. Zo houden we het ethisch reflecteren als een levend onderdeel van ons ambacht in ere. En zo kwamen we op de vraag: hoe kom jij ethiek tegen in jouw leven en werk? Want wie met mensen werkt, krijgt hoe dan ook te maken met ethische vragen. Vragen als: waar ligt mijn grens? Waar ligt de grens van de ander? Wat is hier geoorloofd? Hoe oefen ik invloed uit? Dat deze vragen leven, blijkt uit de vele inzendingen die we weer mochten ontvangen. Een inspirerende inkijk in de vragen die we allemaal kennen en de afwegingen die we daarin maken.

Manon Miessen

Volgende uitgave

De volgende Vuurvogel zal verschijnen in oktober 2013. Het thema is Leiderschap: een leider wordt twee keer geboren. We zien je bijdrage graag tegemoet!

Wanneer aanleveren?

Lever je bijdrage voor 20 augustus in bij vuurvogel@phoenixopleidingen.nl
We stellen een foto of illustratie op prijs

Hoe aanleveren?

Tekst: digitaal in Word, maximaal 1 A4 of 4500 tekens.
Illustratie of foto: minimaal 3Mb.
Stuur je foto via www.wetransfer.com

Plaatsing

Het plaatsen van teksten en beelden is ter beoordeling aan de redactie. Hierover wordt geen correspondentie gevoerd. De redactie behoudt zich het recht voor om teksten in te korten of tekstuele wijzigingen aan te brengen.

PHOENIX IN DE PERS

- Loopbaanbegeleiding is geen spelletje; werken met de dramadriehoek, Sander Reinalda en Ria Freijnsen, Loopbaanvisie, onafhankelijk vakblad voor de loopbaanprofessional nr. 4, oktober 2012.

- In therapie, een reeks artikelen over relatieproblemen, Wietske Jansen Schoonhoven en Margot Poll, NRC en nrc.next, januari-maart 2013.

- Gelukkig leren leven met draden van gemis, Manon Miessen, TIJDSchrift VRIJ nr. 10, mei 2013.

Colofon

Phoenix Opleidingen
Raiffeisenlaan 26 A
3571 TE Utrecht
tel. 030 2711383
fax 030 2722547

Nieuwegracht 16
3512 LR Utrecht
tel. 030 2380547
fax 030 2380707

www.phoenixopleidingen.nl
vuurvogel@phoenixopleidingen.nl

Eindredactie:

Manon Miessen

Redactie:

Francien Bruggink
Morten Hjort
Gé Ophelders
Annelies van der Ploeg
Sander Reinalda
Heleen Reitsma

Art direction en opmaak:

Annelies van der Ploeg

Cover:

Dialogo en eenheid, Marcus van Loopik



4 Interview



26 Supervisie voor professionals



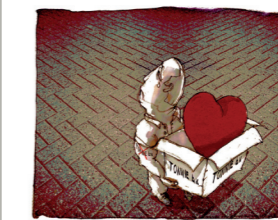
8 Ethiek van het ambacht

29

RIET FIDDELAERS-JASPERS | JAKOB VAN WIELINK

Aan de slag met verlies

COACHEN BIJ VERANDERINGEN OP HET WERK



22



36 Hier wil ik zijn

Volg ons op:



LinkedIn

Inhoud

jaargang 10 – nummer 18/2013

- | | | | |
|----|-------------------------------|----|----------------------------|
| 2 | Voorwoord, Colofon | 27 | Amuse Wietske |
| 4 | Interview William Wilson | 28 | Boekbespreking |
| 8 | Ethiek van het ambacht | 29 | Aan de slag met verlies |
| 13 | Laten we een vuur maken | 30 | De Schijf van Vijf |
| 15 | Morele dilemma's | 31 | Agressie ontmaskerd |
| 17 | De diepte van de Schelde | 32 | Wat een intense drie dagen |
| 19 | Intuïtie als bron | 33 | Serge Smit |
| 22 | Alpe d'HuZes | 34 | Loesje Tieleman |
| 24 | Ethiek in de zorg | 35 | Ethische commissie |
| 26 | Supervisie voor professionals | 36 | Ciske van Haeringen |



Van knutselen en techniek naar werken met het lichaam en bezieling.

Interview met William Wilson

Gé Ophelders en Heleen Reitsma

Hoe was het vroeger thuis?

Ik ben op 4 april 1967 geboren in Den Haag. Mijn zus was twee jaar. Mijn vader was veel afwezig door zijn werk en mijn moeder zorgde voor het huishouden en de kinderen. Toen ik 7 jaar was, zijn mijn ouders gescheiden, met als gevolg dat mijn zus en ik naar internaten in België werden gestuurd. Het contact met mijn vader werd een paar jaar later definitief verbroken. Ik voelde me leeg en intens verlaten door hem. Van mijn moeder herinner ik mij haar liefde en hoe ik haar van jongs af aan heb gediend als steun en toeverlaat.

Als kind was ik altijd aan het bouwen en knutselen. Ik was zeer geïnteresseerd in hoe dingen werkten. Die interesse heeft me nooit verlaten, alleen is het aandachtsgebied verschoven naar hoe lichaam en ziel samenwerken en hoe het leven *an sich* werkt. Die nieuwsgierigheid en het leven willen doorgronden vormen de rode draden in mijn leven.

Hoe heb je de tijd op het internaat ervaren?

Op het internaat voelde ik me ontheemd, het was géén thuis. Ik genoot wel van het spelen op de piano, tafeltennis, voetballen en gekkigheid uithalen met vrienden.

Van huis uit zijn we niet religieus opgevoed, maar het internaat had een rooms-katholieke grondslag.

Ik ondervond veel steun van het schoolhoofd, een diep religieuze, integere man en besloot de katholieke weg een kans te geven. Uiteindelijk woog dat alles niet op tegen de hypocrisie die ik bij de priesters ervoer. Ik raakte zeer gedemotiveerd en had een mistroostige kijk op de wereld. Na ruim 4 jaar besloot mijn moeder mij van het internaat te halen.

Wat was de invloed van het schoolhoofd?

Het schoolhoofd sprak regelmatig over God en het Hogere. In de verlaten staat waarin ik me bevond, zonder richting, stuur- en gidsloos, was het Hogere een geruststelling. In gebed kon ik vragen stellen en een antwoord krijgen. Mijn vragen gingen over: wat is de zin van het leven en waarom is mijn vader er niet voor mij. Het Hogere heb ik aan kunnen nemen, de katholieke weg paste me niet.

Heb je ooit nog iets van je vader gehoord?

In mijn studententijd, zo rond mijn 24e jaar, kreeg ik een ongeval en moest ik langere tijd het bed houden. De vraag: 'Wie is mijn vader?' bleef opborrelen. Ik besloot hem op te zoeken. Vanaf de eerste dag kwam ik in aanraking met zijn wereld van New Age en Emotioneel Lichaamswerk. Ik voelde me welkom, al was het ook een cultuurshock: mantra's zingen, tarotkaarten leggen, praten over de zin van het leven, emoties opzoeken en de vrije loop laten. Ik voelde mij thuis. Wederom trof mij het contact met het Hogere. Na intensieve stappen in mijn innerlijk proces werd mijn vader mijn leraar! Een zomer lang bleef ik op het opleidingscentrum, waarvan

mijn vader één van de oprichters was. Terug in Delft pakte ik mijn studie Werktuigbouwkunde weer op en volgde ik wekelijks cursussen Emotioneel Lichaamswerk. Vanbinnen gaf dit veel spanning, omdat deze twee werelden, hoofd versus hart en buik, voor mij nog ver uit elkaar lagen.

Na een aantal jaren, ik ben dan 30, dankt mijn vader mij: 'Jongen, ik ben zo blij met jou en met ons contact. Dat heb ik met niemand anders zo. Dank je wel dat je mij mijn zoon hebt gegeven.' Het aannemen van mijn plek als zoon van mijn vader heeft me veel gebracht, waaronder het kunnen aannemen van de liefde en steun van mijn vader.

‘Dank je wel dat je mij mijn zoon hebt gegeven.’

Je leerde je hart en buik dus langzaam aftasten. Hoe ging dat verder in de zakelijke wereld?

Na mijn studie werkte ik als organisatieadviseur bij grote firma's zoals Andersson Elffers Felix, KPMG en Twijnstra en Gudde. Ik kon aardig meekomen op het rationele vlak, maar liep al snel tegen grenzen aan. Echte veranderingen hebben meer nodig dan een planmatige, rationele aanpak. Ik ging de nadruk leggen op werken met hoofd én hart, gebruikte veel creatieve werkvormen, gaming, grootschalige technieken als Large Group Interventions en maakte gebruik van trainingsacteurs. Zo konden gevoelens en gedragspatronen meegenomen worden en bleef het niet bij kennisoverdracht alleen. Ik had de stap gezet naar werken op identiteitsniveau. Zo voelde ik het, daar ging het om. Met de jaren wist ik mijn ratio en gevoel te verbinden in mijn werk, alsook in mijn privé.

Had je inmiddels voldoende integratie van 'hoofd en hart en buik' bereikt?

Nee, zo voelde het nog niet. Zo rond mijn 40e deed ik een familieopstelling bij Wibe. De opstelling opende mijn ogen voor het werkelijke verdriet van mijn moeder: een oorlogstrauma met het verlies van 30 omgekomen Joodse familieleden. Tot dan toe weet ik haar verdriet aan de scheiding met mijn vader. Ik was erg onder de indruk van de kracht van de methodiek en wat past deze werkwijze bij mij! In deze periode stierf mijn vader. 'De afwezige vader', mijn terugkeer en het uiteindelijk geluk dat we het rond hebben kunnen maken: een weg die mij heeft gevormd. Ik denk dat ►►

ik hierom bij Phoenix werk. Mijn eigen zoektocht heeft mij bewogen anderen te begeleiden in hun relatie met hun ouders. Mannen uit te nodigen om zich tot hun vader te richten. Je vader als bron en tot die bron heb je je als man te verhouden in het thuiskomen bij jeZelf. *Song for the Wandering Jew* is hierin mijn lijflied geworden.

Wat betekent ethiek voor jou en wanneer ging dat een rol spelen?

Ethiek is voor mij: me thuis voelen in de mores van mijn groepsgeweten; de wetten van mijn nest. Dat is immers voor mijn gevoel ethisch. Als ik niks doe, ben ik in trance en volg ik dit groepsgeweten. Daar zijn mijn cliënten en deelnemers niet mee gediend. Daarom doe ik iedere ochtend iets waardoor ik mijn eigen geraaktheid opzoek en die opnieuw aanneem. Ik luister naar muziek of lees een gedichtje of zoek een collega op, zodat ik vrijer, en ingebed in een dieper Weten, dienend kan werken.

Pas bij Phoenix werd ethiek voor mij echt expliciet gemaakt. In de vorige organisaties waar ik werkte, was het eerder impliciet aanwezig en bijvoorbeeld in een code vastgelegd. Pas wanneer er zaken misgingen, werd er soms expliciet onderzoek gedaan naar ethisch handelen. In contact met mijn vader leerde ik mezelf kennen. Hij heeft op zijn pad voortdurend grenzen opgezocht en ging er vaak overheen. Een van zijn leermeesters was Osho, ofwel Baghwan. Voor een aantal invloeden mogen we Osho dankbaar zijn maar er zaten ook heel wat grenzeloze aspecten aan zijn beweging. Dit bracht mij mijn eerste ervaringen met ethisch handelen, zonder de woorden te kennen: Wanneer ben je als (bege) leider zuiver autonomiebevorderend en wanneer ga je over de grens?

Met welke ethische kwesties ben je wel eens geconfronteerd?

Er speelde ooit een verliefdheid van een bijzonder knappe cliënte naar mij. Het was mij direct duidelijk dat er tussen ons niets zou gaan gebeuren en door het meteen te benoemen hebben we in de coaching een langdurige, mooie reis kunnen maken. Het bleek dat ik erg leek op haar eerste grote liefde. Het was een intens, helend en ontroerend proces. Een stel kwam bij mij, zwanger van een tweede kindje met geconstateerd Downsyndroom. Zij wilde het kindje wel en hij liever niet. Om een liefdevolle getuige en gids te kunnen zijn, moest ik eerst mijn eigen voorkeur onderscheiden en loslaten. Vervolgens hebben we gewerkt met tegengestelde verlangens. Hij verwelkomde zijn kindje en zij omarmde de mogelijkheid om het te laten gaan. Dat leidde, in een heftig proces, tot voldoende wederzijds begrip en gemeenschappelijkheid, waarin zij samen tot een uiteindelijke keuze konden komen. Wat een lot!

Welke trainingen/cursussen verzorg je bij Phoenix?

Na alle Phoenix opleidingen zelf doorlopen te hebben, geef ik de volgende trainingen en workshops: de 3-jarige opleiding, Mannengroep, Emotioneel Lichaamswerk, Omgaan met angst, woede en weerstand, Jongerengroep, Hoe raak ik je aan?, Over luisteren gesproken, Systemisch Werken in Organisaties en ik werk met organisaties en teams. Nieuw

binnen Phoenix is Man en Seksualiteit, een workshop voor mannen die hun ervaringen rondom intimiteit en seksualiteit willen onderzoeken en transformeren. Daarnaast geef ik individuele coaching en relatiecoaching.

Bij Phoenix vind ik een plek waar ik meer en meer thuis kan komen bij mezelf. In de trainingen gebruik ik vaak mijn lijflied *Song for the Wandering Jew* van William Wordsworth, dat toevallig is vertaald door Jabik Veenbaas, een broer van Wibe.

Voor de Wandelende Jood

*Uit zijn bronnen kolkt het water
Wild van steile rotsen neer,
Maar beneden vindt het later
Rust in 't kalme, diepe meer.*

*Wolken snellen zonder stoppen
Tot de stormwind is gesust
En ze komen op de toppen
Als een witte helm tot rust.*

*Springt de gems zijn ganse leven
Door het ijzig Alpgebied,
Toch is hem een plek gegeven
Die hij als zijn huis beziet.*

*En het zeepaard kan niet bogen
Op een huiselijke stee,
Maar toch slaapt het onbewogen
Op de kalme, stille zee.*

*Mogen in de stormwind raven
Dansen als een dartel schip,
Innig minnen ze hun haven
Aan de boezem van de klip.*

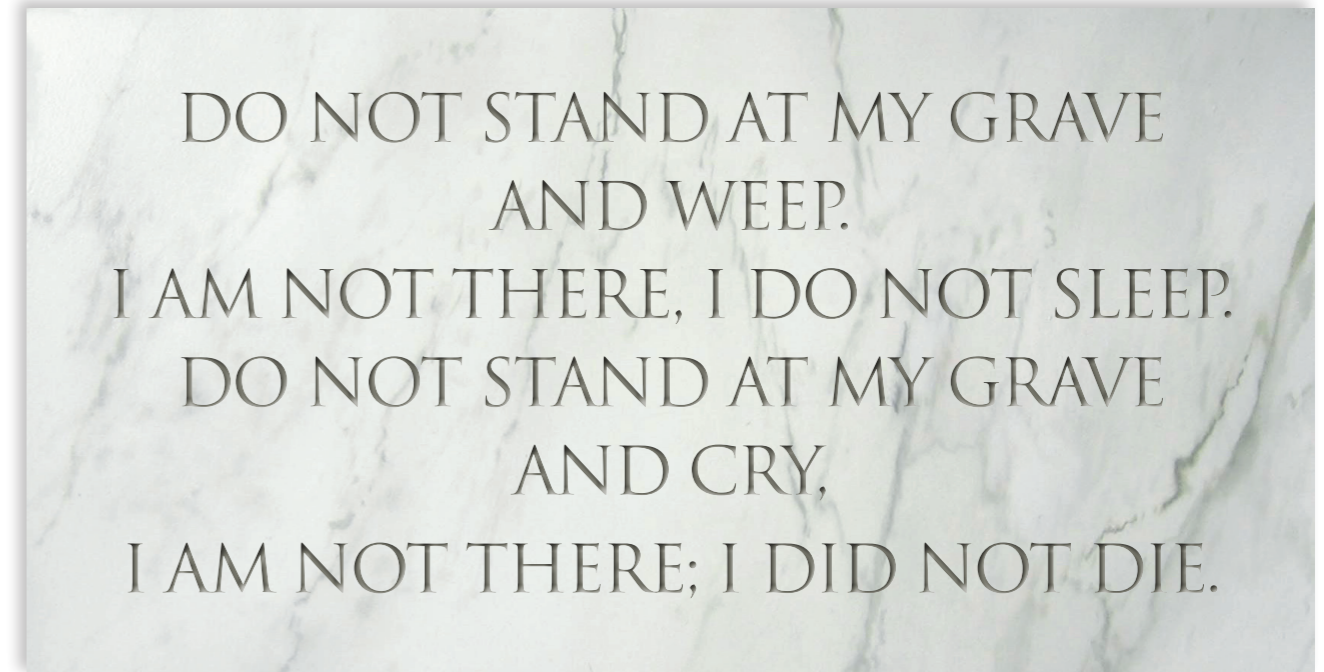
*Moeten struisen jachtige dwalen
Door de hete woestenij,
Als de avondkiltes dalen
Broeden ze weer op hun ei.*

*Daaglijks lijd ik erger pijn!
Nooit komt 't einddoel naderbij,
Dag en nacht voel ik het schrijven
Van de zwerversziel in mij.*

Wat is een belangrijke hulpbron voor je?

We hebben het maar kort gehad over mijn liefde voor muziek. Pianospelen op het internaat, later vooral jazz en het spelen in diverse bands. Muziek, een grote passie in mijn leven. Een nummer dat me raakt, is *Onbewoonbaar verklaard* van Marco Borsato, omdat het de breuk tussen mijn ouders

in herinnering brengt. En muziek van de film *Schindler's List*. In de Tweede Wereldoorlog verloor mijn moeder haar grootouders en nog vele andere familieleden. Bij het volgende stukje tekst voel ik mij in mijn rug gesteund door mijn vader:



Eternal Light, A Requiem. tekst: Mary Elizabeth Frye, muziek: Howard Goodall



vraag

ik vroeg
het geheim
van mijn ziel
of ze wou vertellen

dat is goed zei ze
maar kom dan
een beetje
dichterbij

Zojuist verschenen:

ze weten alles nog

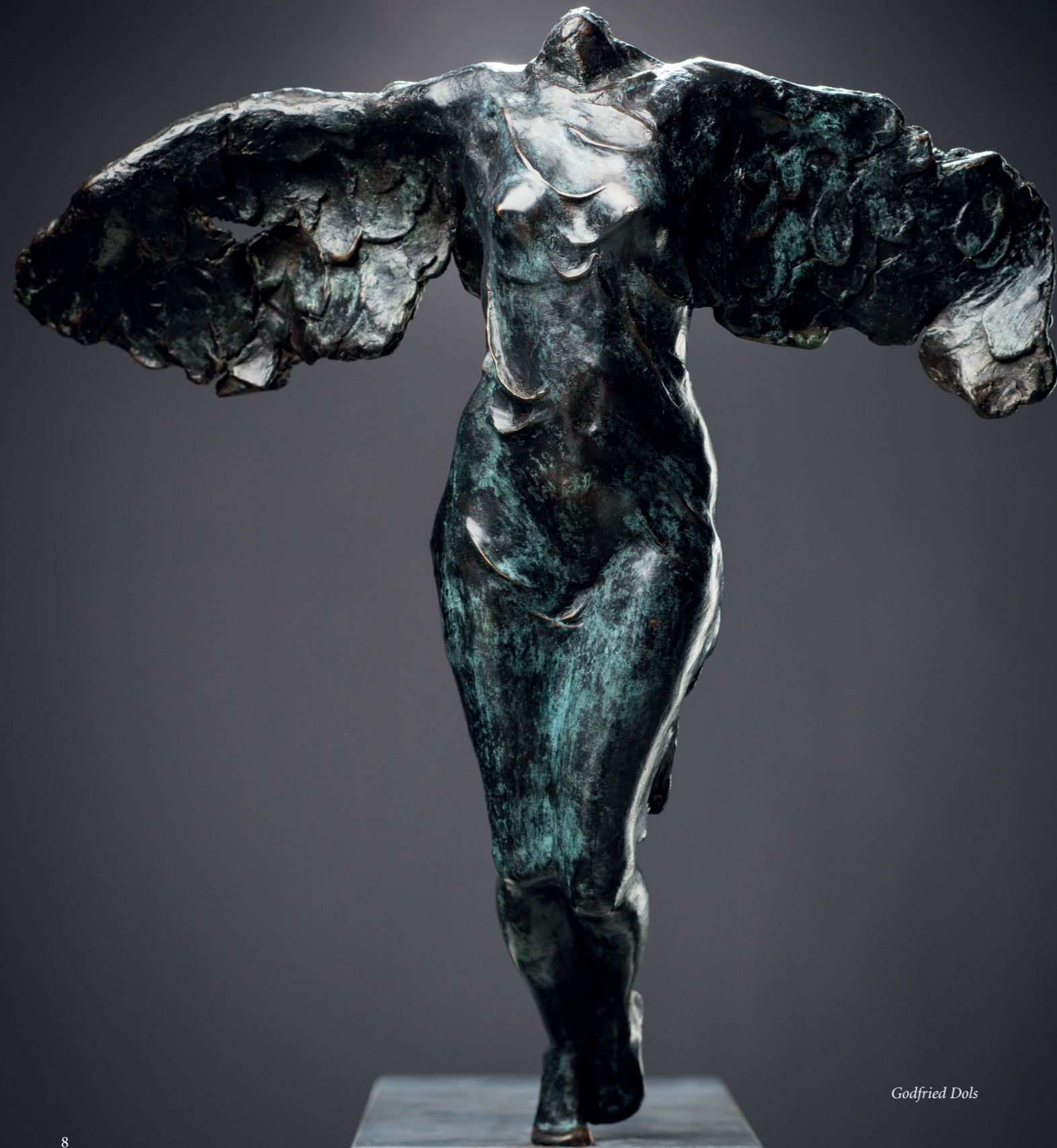
gedichten
gerdine smit

Verkrijgbaar via: gedichtengerdine@live.nl

Ethiek van het ambacht

Over uitgangspunten en vakmanschap

Wibe Veenbaas en Marja Griffioen



Godfried Dols

Het beeld verwijst naar Birgit, de Keltische godin van het ambacht. We hadden ook een beeld kunnen kiezen van Lugh, Pallas Athene, Apollo of Hephaistos; goden en godinnen als hoeders van het vakmanschap. Het ambacht staat hoog in het vaandel van Phoenix Opleidingen. In een filmpje op *You Tube* zegt Wibe daarover: 'Ik leer mensen het ambacht van het vak, werkelijk het praktische van het vak, hoe je om kunt gaan met het verhaal van mensen.' Ons ambacht vraagt om wezenlijke betrokkenheid en toewijding, het vraagt om discipline en vaardigheid en het vraagt om ethische reflectie. Het vraagt dat wij reflecteren op de inhoud van ons vak, onze positie en rol daarin en op ons handelen.

De laatste jaren is de ethiek die wij binnen Phoenix voorstaan uitgekristalliseerd in een samenhangende visie waarin de ontmoeting 'als moeder van alle interventies' en de uitgangspunten autonomie, heilheid, identiteit, integratie en zingeving centraal staan. Het komend jaar werken we aan een nieuwe uitgave van *Ithaka*. Dit boek wil zowel inspiratiebronnen bieden voor ethiek als een inspiratiebron zijn voor de invulling van ons ambacht. In dit artikel schetsen we de contouren waarlangs de ethische visie van Phoenix haar vorm krijgt.

De ontmoeting centraal

Ontmoeting is het centrale concept in de filosofie van Phoenix. 'Alle werkelijke leven is ontmoeting' en 'de ontmoeting is de moeder van alle interventies' zijn veelgebruikte adagia binnen onze opleidingen. Phoenix is ook ontstaan vanuit het paradigma van de ontmoeting: het maken van contact. In de loop der jaren zijn daar andere begrippen als 'welkom zijn' en 'de ziel roepen' bij gekomen om de diepere essentie en het wezen van de ontmoeting weer te geven. De ziel roepen, haar bewegingen (leren) zien en ermee werken zijn gaandeweg tot de kwalificaties van het ambacht gaan behoren zoals we dat binnen Phoenix beogen. In de ontmoetingsfilosofie zijn we sterk geïnspireerd door onder andere Martin Buber en Emmanuel Levinas. Deze filosofen raken aan de ethische noties die Phoenix tot haar grondslagen heeft gemaakt. Buber door te stellen dat de mens die onderkent dat hij bij de ander wil horen, deel uitmaakt van een groter geheel met rechten en verplichtingen en Levinas door te stellen dat de oorsprong van ethiek ligt in het persoonlijk geraakt worden door een individuele, unieke ander. Ethiek ontstaat in de relationele context en niet vanuit theoretische principes die ons voorschrijven hoe te handelen.



Ontmoeting, Suzanne van de Ven

en als het dan zo is
leg ik mijn pad
naast het jouwe
en loop ik met je mee

Gerdine Smit

In die zin zijn we in ons ambacht teruggeworpen op onszelf. De vraag dient zich aan hoe we van daaruit zo 'goed' mogelijk in de ontmoeting present kunnen zijn. Hoe kunnen we zo in de ontmoeting staan dat we recht doen aan de ander in zijn 'ander' zijn? Hoe kunnen we zo in de ontmoeting staan dat we recht doen aan ons ambacht en het werken op de laag van de ziel? ►►

Wat maakte dat ik de moed had om eraan te gaan staan en af te dalen, naar daar, waar ik niet wil zijn, daar waar ik bang ben helemaal uit elkaar te vallen? Het eerste wat in mij opkomt is dat ik het nodig had te ervaren dat er een ruimte is die voortduurt, een soort ononderbroken 'voortdurend welkom'. Op de één of andere manier maakte dat een dieper uitreiken mogelijk. Daar waar ik uit de verbinding leek te vallen bleek verbinding te zijn die bleef. Ogen die bleven, die niet schrokken van wat zich aandiende zodat ik zelf ook niet meer hoefde te schrikken en te vertrekken. Op de één of andere manier was dat wezenlijk voor mij om te kunnen blijven in de ontmoeting; te kunnen gaan en weer terug te komen. Zo leerde ik te blijven kijken en in toenemende mate leerde ik ook te zien. Mijn ziel te roepen.



Dialogo en eenheid, Marcus van Loopik

Ethiek en de werkingen van het geweten

In ons vak als coach, begeleider, therapeut of trainer is een ontwikkeld ethisch besef van groot belang. Vanuit welk perspectief werken wij met onze cliënten? Wat zijn de uitgangspunten van waaruit wij de relatie aangaan? En wat zeggen die uitgangspunten over ons eigen systeem van herkomst? Over onze eigen persoonlijke en systemische filters?

Als we dat diepgaand en in de ontmoeting met vaardige en vakkundige anderen onderzoeken zullen we ons er steeds intenser van bewust worden hoe gebonden we zijn aan de mores van ons nest; hoe we vanuit een diepe loyaliteit vervlochten zijn met de generaties voor ons. We zullen ons meer en meer en op steeds diepere lagen gewaar worden hoe we die mores in de overdracht en tegenoverdracht neer-

zetten. Ook met onze cliënten. Ambacht en vakmanschap vragen om een diepgaande (ervarings-)kennis van de werkingen van het geweten. In de afgelopen jaren hebben we (Wibe in samenwerking met Mirjam Broekhuizen) steeds fijnere, op ervaring gestoelde, analyses gemaakt van de verschillende lagen waarop gewetenskwesties zich afspelen. Het kader voor dit artikel biedt onvoldoende ruimte om op de afzonderlijke lagen nader in te gaan. Waar het ons hier in essentie over gaat is dat ze de enorme reikwijdte laten zien van de wijze waarop wij zijn ingesponnen in onze systemen van herkomst. Ze tonen de grote impact die onze systemische loyaliteiten hebben op onze ontmoetingen met anderen. En ze laten zien hoe we door het bewust worden en overstijgen van onze gebondenheid winnen aan vrijheid, aan innerlijke ruimte om ons eigen, unieke pad in het leven vorm te geven. De ontmoeting in het ambacht is te beschouwen als een leerlandschap waarbinnen persoonlijke en professionele leerprocessen kunnen plaatsvinden.



Ontsluiting van het hart, Juke Hudig

Het groepsgeweten van onze familie zegt: 'Vrouwen blijf maar hier. Blijf op de plek die in onze groep voor vrouwen bestemd is.' Het is een boodschap op een diepere, structurele laag. Ik kan in de opleidingsgroep zien hoe vrouwen verschillend met ambities omgaan. Dat helpt mij. Ik word mij bewust van mijn persoonlijk geweten. Er is ruimte voor reflectie op mijn eigen bindingen door het contact en de vergelijking met anderen in een groep. Dat brengt me bij een vergelijking van geschiedenissen van de mensen in mijn groep met de geschiedenis van mijn eigen systeem. Dat laatste te leren kennen, de patronen te zien, maakt dat ik mijn taak kan formuleren. In dit voorbeeld: mijn eigen leven nemen, met diep respect voor de vrouwen vòòr mij die in zekere zin ook een pad voor mij geëffend hebben. Ter ere van hen.

Ethiek, fenomenologisch waarnemen en het aannemende hart

Naarmate we op de gewetenslagen en de werkingen daarvan meer bewustzijn hebben ontwikkeld zijn we in principe in staat om de ander te ontvangen in zijn anders-zijn zonder dat onze eigen moraliteit daar tussenin staat. Dit legt de basis voor fenomenologisch waarnemen en een fenomenologische houding in ons ambacht. Daarmee zijn we in staat de verschijnselen, de fenomenen direct, zintuiglijk en zonder tussenkomst van onze eigen filters tot ons te laten spreken en tot ons te nemen. Niet slechts als uiterlijk verschijnsel, maar als het geheel van uiterlijk verschijnsel en innerlijk wezen. Het is een vorm van waardenvrij schouwen die niet

objectieveert, maar die onszelf insluit. Het is een vorm van schouwen die veel oefening vraagt. 'Kijken doe je met je hart', zo wist de Kleine Prins ons al te vertellen. Bij fenomenologisch waarnemen gaat het er om dat we kijken met het hart open, met het aannemende hart. Wij geven het aannemende hart een centrale plaats in onze ethische visie. Ethiek geworteld in het hart is van de menselijke maat, gericht op menswaardigheid en ze vindt haar bestemming in mededogen. Mededogen, niet als een gevoel, maar als een staat van ontwikkeling. Het hart is zintuig van deelname: deelname aan de ontmoeting met degene die voor ons staat en deelname aan dat wat groter is dan wij, het grotere veld. In dat kader kan de ontmoeting tot werkruimte worden.

Hij werkt met muziek. Als hij zijn cliënten in zijn hart binnenlaat, zoekt hij daar naar contact met het 'geestelijk eigene' van die mens. Als hij zich door de geest heeft laten inspireren, zoekt hij muziek bij deze cliënt. Hij weet mensen diep te raken met dit vermogen. Bij de muziek heeft hij ook een verhaal. Hij vertelt van de muzikanten en hun herkomst en in welke geest zij hun muziek maken. Hij is er virtuoos in. De mensen die naar het verhaal en de muziek luisteren voelen zich gezien, het hart wordt verwarmd en de cliënt voelt zich gedragen, het grotere wordt geroepen. Ze krijgen de muziek mee naar huis om 'op trilling' te komen en te blijven. ►►

Uitgangspunten

En hierheen keer ik terug,
zoals de lijn naar het uitgangspunt
het vuur naar de zon
de beek naar de zee

Busenello

Ontmoeten is reizen. Samen reizen en apart reizen. Dat geldt zowel voor de cliënt als de begeleider. De reis heeft een bestemming maar doet onderweg onverwachte plaatsen aan. Ofwel: in de ontmoeting tussen begeleider en cliënt zit een voortdurend wisselende dynamiek. De begeleider wordt in het contract met zijn cliënt aangesproken op flexibiliteit en congruentie. Daar waar we reizen moeten we onze controle loslaten zodat zich kan tonen wat getoond wil worden. Voor begeleiders in ons vakgebied is het juist dan van belang dat we ons kunnen verlaten op grondslagen. Uitgangspunten die tegelijkertijd onderling samenhangend en cyclisch, vertrekpunt, richting, bestemming en toetsingskader zijn. Voor Phoenix zijn deze uitgangspunten: autonomie, heilheid, identiteit, integratie en zingeving. Ze zijn al sinds de oprichting van ons instituut onze pijlers en richtlijn.

Tot slot

Ons ambacht staat in dienst van het leven en de levensbeweging. Een levend beroep moet ademen en vraagt om ademende structuren waarin we de onbekende kusten van de ontmoeting kunnen en durven aandoen. Een levend beroep vraagt om een levende beroepsethiek; om een platform, een vrijplaats waar we inspiratie kunnen opdoen, waar we kunnen oefenen en waar we ethisch gedachtegoed in de levende ervaring kunnen ontwikkelen en verdiepen. Phoenix wil haar cursisten ook in dit opzicht van dienst zijn. ◀◀

Voor dit artikel is gebruik gemaakt van meerdere bronnen. Wij noemen:

- *De readers die horen bij de masterclass 'De bewegingen van de ziel, de toegewijde reis en het ambacht'*. Wibe Veenbaas en Mirjam Broekhuizen.

- *Levinas in de praktijk*. Jan Keij, 2012.

- *'Jichud' – Eenheid in het werk van Martin Buber*. Hans Schravensande, 2009.

www.Godfrieddols.nl

www.suzannevandeven.nl

www.marcusvanloopik.nl

www.jukehudig.nl

Ademtocht

Ontmoeting,
voorzichtig,
Verkennd
betasten we elkaar
met onze ogen.

Onzichtbare handen
proberen
de lijn te volgen
van wat is,
wat is geweest
en komen zal.

Zoekend naar
houvast
moet ik terug
naar mijn lijf.

Ik volg mijn adem,
boodschapper
en gids tegelijk.

Ademtocht,
jij laat mij zien
jouw pijn,
jouw gemis
en jouw verlangen.

Ademtocht,
jij laat mij voelen
mijn pijn,
mijn gemis
en mijn verlangen.

Je laat me horen,
hoe jij vertrekt,
hoe wij beiden vertrekken
en terugkomen bij onszelf,
bij elkaar.

Mijn adem,
jouw adem,
Poortwachters
van onze ziel.

Louise Vinke



*Laat me een vuur maken
dat lang genoeg zal branden
voor jouw verhalen en
voor alle verhalen
daar weer aan voorbij*

Joke Goudswaard en Wibe Veenbaas

Het verhaal is er

Ons persoonlijke verhaal, het verhaal van onze ouders en grootouders, de grote verhalen uit de traditie van culturen door de tijden heen. Deel te zijn van het verhaal dat er is en hier betekenis aan te geven is een vermogen van de ziel. Een verhaal kan een ander verhaal aansteken als een lichtje. Zulke verhalen verbinden; ze komen samen in een grotere ruimte, die ons draagt en doet herinneren. De verhalen over de geheimen van het meisje van zes, spelend op de grafsteen van haar vriendinnetje onder de oude bomen van Zorgvlied, waar leven en dood elkaar zó de hand kunnen geven. De verhalen van het jongetje met rode wangen, met een handjevol aardbeien onder zijn trui als een stille schat, een heilige ruimte. In helende verhalen raken verlangen en gemis elkaar aan. Het zijn verhalen over wat van waarde is en nooit verloren gaat, hoeveel er ook beschadigd is. Ze gaan over de terugkeer naar onszelf, over identiteit en zingeving.

De metaforische ruimte

Wat is een verhaal, het thema van een boek of een film een prachtige uitnodiging aan mensen om zich zichtbaar te maken in wie ze zijn. Anders dan via rechtstreekse vragen. Het verhaal is een bescherming en een deur naar je binnenste. In de verhaalruimte, zoals in het sprookje van *Het meisje met de zwavelstokjes* gaan de sneeuw, het zwavelstokje,

de oude grootmoeder en de dood open met elkaar in gesprek. Als verhaalpersonages zijn ze autonoom. Ze geven hun eigen beeld over wat er gebeurt, over hun onderlinge relatie en over hun intentie.

Als begeleider word je geholpen door het verhaal om buiten de moraal te blijven. Je weet immers niet welke betekenis iemand toekent aan 'de haar van de sneeuwtijger', welk advies Reintje de Vos jouw cliënt zal geven, wat het standpunt is van 'het oog dat alles ziet'. In de open ruimte van het verhaal - de wereld van de symbolen en het onbewuste - ben je enigszins onthand. Dit draagt bij tot het doorbreken van de illusie dat jij het voor de ander op moet lossen. Het verhaal wil zijn loop hebben.

Wie wil je zijn?

Tijdens de ronde in de verhalenworkshop komen er onverwachte beelden waar cursisten zich door laten inspireren en voeden. De een is als hoofdpersoon een bekend onderzoeker op de Zuidpool: 'Ik ben Roald Amundsen en sta aan het hoofd van een expeditie. Ik weet alleen niet of ik me wel op de juiste pool bevind. Dat is mijn twijfel.' Een ander is een decorstuk in de opera: 'Mijn vraag als kamerscherm is of de toeschouwers mij wel opmerken.' Een volgende zegt aarzelend: 'Kun je ook het heelal zijn? Soms heb ik dat gevoel. Misschien ben ik wel liever een ster te midden van andere sterren.' ▶▶

Wond als medicijn

'Koning, wat is uw wond?' Dit is de vraag die Parcival moet stellen om de koning te genezen. De onuitgesproken vraag erachter is: 'En waar reist uw verlangen naartoe?' Een helend verhaal draagt de wond, de vraag en het medicijn in zich. Dit is een van de uitgangspunten in het werken met verhalen.

'Ik ga omlaag... Ik ben gekomen om het wrak te onderzoeken. Om de schade op te nemen en de schatten die nog aanwezig zijn', zegt Adriëne Rich. *'De ladder is er altijd.'*

Een belangrijke stelregel is dat je als begeleider de ander zijn tocht door de put niet afneemt; dat je je niet verantwoordelijk maakt voor zijn wond. Niet voor de ingrediënten van zijn leven en niet voor de vragen waarop iemand zelf antwoord moet vinden. Elke mens draagt zijn eigen verhaal. De ziel kent de route.

In het vertellen en in het luisteren wek je de helende kracht van de verhalen ook in jezelf. Het medicijn in het verhaal gaat als vanzelf naar de plekken in je ziel waar het nodig is. In hun beeldtaal laten de verhaalpersonages je weten: 'Wees niet bang om in het donker te kijken. Wie de roep van het verhaal volgt, komt thuis.'

Elke avond brachten ze de kommen van zwartgelakt houtwerk, een deel van haar bruidsschat, naar hun lippen als ze visbouillon dronken. Op hun matjes zaten ze tegenover elkaar: stram, oud en levendig. Hun ogen glansden.

Hij sprak weinig. Haar woorden bereikten hem nu en dan. Zij sprak veel. Zijn ogen bereikten haar nu en dan. Als ze hun ogen dichtknepen en door hun oogharen keken, dook er soms in de wolkes boven de soep een beeld op. Het kwam altijd stillerjes en onverwacht. Het beeld van de sneeuwrijger, een oud verhaal, alle dagen opnieuw verteld. Het verhaal over hun verwonding, over hun tocht en over hun medicijn.

Het verbindend patroon

In het werken met verhalen eer je het verhaal dat je ontmoet, ook de onvertelde, buitengesloten verhalen. 'Waar wonen de onuitgesproken woorden?'

In zijn boek *Waar engelen zich niet wagen* schrijft Bateson dat alles wat we uitsluiten op een hoger niveau verbonden blijft. Dit is een natuurwet. Al onze verhalen maken deel uit van een verbindend patroon. Uitsluiten, ontkennen en negeren bestaan alleen in de taal, niet in de ervaring. Diep in jezelf blijft dat wat je niet wilt weten of nog niet toe kunt laten aanwezig.

Met metaforen schep je ruimte om dat wat nog geen plaats gekregen heeft weer deel van het verhaal te laten zijn. Zo vinden er herstel en heling plaats op de laag waar alles met alles verbonden is.

De taal van de theedoek

Ik heb de praktijkruimte in mijn huis verplaatst. Ze neemt het me niet in dank af. Het roept angst bij haar op. Iets heb ik voorzien, niet alles. Het kinderhuiskind van ooit komt opnieuw in gevaar. Het telt niet dat ze nu een volwassene is die rationeel

geen bezwaar kan maken. Als ik me realiseer wat dit voor haar betekent, vind ik ook taal. 'Wat zou dit kind nodig hebben?' Behoedzaam vertelt ze hoe veilig ze zich voelde in de vorige werkruimte met uitzicht op de keuken. Met een sfeer van huiselijkheid die ze nauwelijks heeft gekend en toch van binnenuit kent. 'Wat helpt het kind om de overstap te maken?' Met deze vraag gaat ze naar huis.

De keer erna komt er een moment in het gesprek dat ze aarzelend een blauwgeruite theedoek uit haar tas tevoorschijn haalt. Voorbij de schaamte, voorbij het geheim.

In aanwezigheid van dit symbool kan ze zelf plek krijgen. Tijdens de volgende gesprekken hangt de theedoek als anker aan het kastje in de nieuwe werkkamer. Hij herinnert aan wat nodig is, een geur van thuis en welkom. De taal van de theedoek.

Het betekenisveld van de verhaalruimte is als een nieuwe lijst om een oud schilderij. Met deze manier van kijken wordt de ordening geëerd, niemand wordt tekort gedaan of beschadigd. Door de speelsheid van de verbeelding verschuift het perspectief en wordt de horizon verruimd. Waar de stolling van het verhaal voorop stond, ontstaat er nieuwe taal. Tot verwondering van ieder. Het gebeurt aan ons. ◀◀



Ben je nieuwsgierig naar het werken met de kracht van verhalen en smaakt dit artikel naar meer? Wil je weten hoe je zo met metaforen werkt dat ze een toegang zijn tot de verborgen kamer in iemands verhaal? Dan is ons nieuwe boek *Het Helende Verhaal* wat voor jou. Kijk op www.phoenixopleidingen.nl of kom even langs.

Niet alleen denken over morele dilemma's

Gé Ophelders

Samen spreken wij regels af van de moraal, maar die regels veranderen met de tijd. Denken dat er een eeuwigdurende moraal bestaat, dat goed en kwaad voor goed zijn vastgelegd, is een illusie.

Nelleke Noordervliet

Ik geloof in de mens als drager van goed en kwaad

Ed van Thijn

In *Sophie's choice* zit een fameus moreel dilemma. Bij aankomst in het concentratiekamp wordt Sophie door een SS-arts gedwongen haar dochter of haar zoon naar de gaskamer te sturen. Als ze niet kiest, worden ze alle twee gedood. Terwijl ik dit schrijf komt het beeld weer terug van toen ik te horen kreeg dat een progressieve auto-immuunziekte bij me was geconstateerd, die op termijn diverse ongeneeslijke ziektes met zich mee zou brengen. In een flits zag ik dat ik niet bij het afstuderen van mijn kinderen kon zijn, dat ik mijn kleinkinderen niet zou kunnen vasthouden. Mijn lichaam begon pijn te doen, mijn hartslag versnelde en ik kon niet meer blijven staan. Niet de kennis van de ziekte en de implicaties die ze in zich droeg, maar mijn eigen gedachten over het nu al moeten loslaten van mijn kinderen waren hiervan de oorzaak. Wat een tragedie voor Sophie, hoe kun je een mens zo splijten, je wilt eerder jezelf te gronde richten dan zo'n keuze te moeten maken. De dag dat ik dit artikel schrijf, noteert Arnon Grunberg in zijn dagelijkse column in de Volkskrant (11 januari 2013) een vergelijkbaar probleem: 'Er zitten twee mensen in een brandend gebouw, aartsbisschop Fénelon, die de mensenrechten heeft verdedigd, en een kamermeisje. Je kunt er maar één redden. Het kamermeisje is je moeder.'

Ga je, zoals veel ethici en filosofen voorstellen, je verstand gebruiken en argumenten bedenken om tot een helder besluit te komen bij zulke morele dilemma's? Zij beroepen zich hierbij op de 'morele plicht' van Kant (Verplaetse, 2008) of, zoals hij het zelf noemde: de 'categorische imperatief'. Die luidt: handel steeds in overeenstemming met die regel waarvan je kunt willen dat het een universele wet wordt. Voor hem ging het hierbij niet om wat de effecten zouden zijn als een morele regel een universele wet zou worden. Dus 'als de extreem rijken de helft van hun kapitaal aan de armen geven hebben zij meer welvaart' is voor Kant niet

relevant. Voor hem maakte het ook niet uit als een morele regel door iedereen aanvaard zou worden. Hij gaat ervan uit dat een rationeel denkend mens uit plichtsbesef zo'n regel zou aanvaarden en ernaar zou gaan leven. Naast dit absolute moreel behoren stelt Kant een hypothetische imperatief. Een voorbeeld: als je bij mij in de collegebanken zit, lees je niet de krant, dan let je op. Zo'n situatie vindt Kant een praktisch behoren, het is meer een 'zou moeten'.

Ik wil hier laten zien dat er andere manieren zijn om om te gaan met morele dilemma's die, vermoed ik, beter aansluiten bij hoe Phoenix hierin staat. Dat zijn: gebruik maken van innerlijke waarden, het werken met emoties en mensen in een familieopstelling zetten. Op de eerste twee punten ga ik in dit artikel verder in.

HET BESPREKEN VAN INNERLIJKE WAARDEN

Hierboven schreef ik al dat de ratio niet altijd de helpende hand biedt om morele dilemma's tot een goed einde te brengen. Om veranderingen te helpen doorvoeren laat ik mensen hun diepste waarden met elkaar bespreken en delen. Meestal verdwijnen door deze aanpak sudderende conflictjes binnen de opleiding en ontstaat er meer begrip voor elkaars gedachten en handelingen (Newberg & Waldman, 2012). Men gaat elkaar ook meer vertrouwen, zodat er een hechtere groep, een professionele leergemeenschap ontstaat. Deze manier van werken lijkt mij zeer bruikbaar in de discussie over ethische problemen.

Nemen we de eerstejaars bij de hand of gooien we ze in het diepe? De vertegenwoordigers van beide opvattingen zijn vaak niet tot een compromis te bewegen, wat uiteindelijk leidt tot een impasse. Op de vraag wat de diepste innerlijke waarden van de groepen zijn, komen woorden naar boven als: zelfstandigheid, verantwoordelijkheid, groei, zelfredzaamheid versus ▶▶

veiligheid, respect, plezier en verbondenheid. Uiteindelijk blijkt dat deze waarden uitstekend zijn te combineren door bijvoorbeeld in het eerste jaar de nadruk te leggen op veiligheid, respect, plezier en verbondenheid om de stap naar de latere jaren te maken vanuit een veilig basisgevoel naar zelfstandigheid, verantwoordelijkheid en zelfredzaamheid met als doel groei en ontwikkeling van de studenten.

Een mooie bijkomstigheid van deze manier van werken is dat bezig zijn met persoonlijke waarden psychologische stress laag houdt en de hersenen gezonder maakt (Dresswell e.a., 2005). Je voelt ook dat als de docenten over zo'n onderwerp spreken, ze emotioneel kalmer en meer bij zichzelf blijven. Deze aanpak komt dicht in de buurt van een van de uitgangspunten van Phoenix: je werkt met de cliënt op identiteitsniveau. Als je een beslissing moet nemen, heb je te maken met jezelf: wie ben ik? In welke situatie dien ik die beslissing te nemen en wat zou iemand als ik nu doen in deze situatie?

MET EMOTIES WERKEN

Voor filosofen opperen dat goede - bedoeld wordt: verstandelijke - argumenten morele dilemma's tot een goed einde kunnen brengen. Greene en zijn collega's legden mensen een duivels dilemma voor. Jij en je dorpsgenoten zitten in een kelder terwijl moordende en plunderende soldaten door het dorp trekken. Een baby begint te huilen en zal de aandacht van de soldaten trekken. Mag je de baby doodmaken om jezelf en de anderen te redden?

Als je mensen vraagt hierover na te denken, dan hoor je vaak dat ze moeite hebben met het maken van een keuze. Ze weten het niet, ze kunnen geen verklaring geven, ze weten alleen dat het verkeerd is. Een rationele verklaring vinden wij moeilijk te geven, maar wij mensen voelen het, we voelen dat anderen laten lijden verkeerd is. Dat komt voornamelijk door ons empathisch vermogen.

De moeder van Joep is overleden. Zijn schoolprestaties worden minder en het zit erin dat Joep net niet overgaat. De docenten weten niet waar ze goed aan doen. Hem de kans bieden om met de klasgenoten verder te gaan en hem aan te sporen de resultaten te verbeteren, of hem een jaar over te laten doen, zodat hij wat school betreft niet op zijn tenen hoeft te lopen? Als we hier als docenten over gaan plussen en minnen, hakt iemand van ons, ten einde raad, de knoop door: 'We laten hem zitten, want anders komt hij in het vervolg van de opleiding in nog grotere moeilijkheden.' Mensen knikken, kijken naar de tafel; er is weinig oogcontact. Totdat een ander het perspectief inbrengt wat het voor Joep zelf zal betekenen. Dat hij zich waarschijnlijk nog meer alleen voelt staan en door deze teruggetrokken houding misschien wel buitengesloten wordt, waardoor hij uiteindelijk niet meer de weg naar zichzelf en de studie terug zal vinden. We besluiten unaniem hem over te laten gaan.

‘Mag je de baby doodmaken om jezelf en de anderen te redden?’

Extra interessant was dat Greene de hersenactiviteit van de ondervraagden mat. Het gebied in de hersenen waar de beslissing genomen werd, was ook de plek waar het delen van andermans emoties plaatsvindt. Emoties zijn dus verankerd aan het nemen van moeilijke beslissingen. In plaats van alleen te redeneren, dienen we rekening te houden met emoties die rond het dilemma spelen. Daartoe zijn we bij Phoenix uitstekend geëquipeerd.

In een wereld waar de tegenstellingen groter lijken te worden en waar de problemen zich opstapelen, hebben we te winnen door niet alleen gebruik te maken van onze ratio, maar tevens onze diepste innerlijke waarden te bespreken en de emoties die rol te geven die ze toekomt. We lopen zo de weg naar een completer mens. ◀◀

Gé Ophelders werkt bij de Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN) en is ondersteuner bij grootschalige innovatieprocessen in het hoger onderwijs.

Literatuur

- Creswell, J.D., Welch, W.T., Taylor, S.E., Sherman, D.K., Greunewald, T.L. & Mann, T. (2005). *Affirmation of personal values buffers neuroendocrine and psychological stress responses*. In: *Psychological Science*, 16, 846 - 851
- Greene, J.D., Nystrom, L.E., Engell, A.D., Darley, J.M. & Cohen, J.D. (2004). *The neural bases of cognitive conflict and control in moral judgment*. In: *Neuron*, 44(2), 389 - 400
- Newberg, A. & Waldman, M.R. (2012). *Woorden kunnen je brein veranderen. Handleiding voor compassievolle communicatie*. Tielt: Ten Have/Lannoo (*Words can change your brain*)
- Styron, W. (1981). *Sophie's keuze*. Utrecht/Antwerpen: Van Veen uitgevers (*Sophie's choice*)
- Verplaetse, J. (2008). *Het morele instinct. Over de natuurlijke oorsprong van onze moraal*. A'dam: Uitg. Nieuwezijds

De diepte van de Schelde

Jan Adriaenssens

Op de brede, warme schoot van zijn allerliefste lievelingsopa zit hij, binnen bij het warme, dromerig knetterende haardvuur. Een guitig jongetje van zeven met prachtige kinderblonde lokken en twinkellauwe oogjes. Buiten waait de gure wind en dansen de bladeren en de takken aan de bomen zoals alleen de herfstwind de bladeren kan laten dansen en vliegen. De striemende regen tokt streng op de ramen. Naast de brede, zachte opa-zetel staat een doorleefd antiek kastje met daarop een asbak en een lekkere sigaar. Opa dept de sigaar en trekt het puntje roodgloeiend. Hij blaast de rook in de prachtige blonde haardos. De jongen kirt van plezier en opa lacht, zoals alleen opa's met kleinkinderen op hun schoot lachen kunnen. De uitreikende kinderhanden en de indringende, vragende blik verraden het: 'Opa, opa alstublieft een verhaaltje, nog ééntje. Van mensen of dieren, seizoenen en verre landen.' Vertederd ontmoeten de twinkellauwe opa-ogen de jongensoogjes. Met starende blik zoekt opa een nabij verhaal: 'Luister maar jongen, van ver komt het aangewaaid. Lang, héél lang geleden, uit de tijd der draken en trollen, feeën en jonkvrouwen, schildknapen en ridders.'

Aan de kant van de Schelde staat een oude boerderij. Op een dag wordt daar de tweede zoon geboren. Zoals wel vaker in vroegere tijden en met twee zonen op de boerderij, was er veel werk en weinig tijd. De eerste weken schreeuwde het baby'tje nog om meer warmte en aandacht. Het baby'tje werd een jongetje. In die tijd en op die oever langs de stromende Schelde was er een moedige ridder die de hardwerkende boeren en hun gezinnen, het vee, de velden en weiden, beschermde tegen valse indringers, venijnige rovers en wilde beesten.

Al vroeg besliste de jongen om ooit ridder te worden.

In die vurige wens zou hij zichzelf verder kunnen oprichten en also ongenaakbaar en onaanraakbaar met een mooi blinkend harnas en zijn genadeloze zwaard de mensen en dieren redden uit de handen van rovers en wilde beesten. Al rijdend op zijn temperamentvol paard zou iedereen zijn harde harnas, zijn flitsend zwaard en vooral zijn roemrijke heldendaden bewonderen. Van bovenaf op zijn hoge paard zou hij alles en iedereen kunnen overzien. Hij keek al uit naar de dag dat hij als schildknaap in dienst zou mogen. Ondertussen werkte hij met vader en moeder, broers en zussen hard op de boerderij.

Rijke oogsten schonken overdaad en mislukte oogsten brachten armoede. Hij wist het zeker, later als ridder zou hij zijn lot in eigen handen nemen! Op een dag was het dan zover. Hij verliet de boerderij aan de oever van de Schelde, vol ongeduld op weg naar zijn opleiding als schildknaap. Zijn vader riep hem nog na: 'Jongen, je bent altijd welkom, je mag altijd terugkomen en wij zijn trots op je.'

Als stevige schildknaap leerde de jongen alles over zwaarden, paarden, harnassen en de kunst van het vechten en oorlogvoeren.

Sneller dan verwacht kwam die dag, de dag dat de schildknaap tot ridder werd geslagen. Na zijn buiging, waarbij hij door het lemmet van een prachtig zwaard op hoofd en schouders geridderd werd, richtte hij zich beslist rechtop. Het gebied dat hem als ridder werd toegewezen, aan de oevers van de Schelde, leek wel wat op thuis. Boerderijen en landerijen, mensen en dieren, alles moest door hem, en alleen door hem, beschermd worden. Hij voelde zich onoverwinnelijk in zijn harde harnas op zijn mooie zwarte hengst, die al schuimbekkend tussen de velden liep met de Schelde als grens. Iedereen nam zijn bescherming en beveiliging dankbaar in ontvangst. Bij een slechte oogst zorgde hij zelfs voor de herverdeling van het voedsel, zodat de armste boeren en hun gezinnen dankzij hem niet omkwamen van honger in de schrale winters.

Luister maar naar een gedicht dat over hem geschreven is:

*Aan mijn kant van de Schelde, waar tranen klinken als zwaardengekletter,
Met 't hoofd geheven, boven alle gekwetter.
Aan mijn kant van de Schelde,
Waar strijd nooit ophoudt en 't bevroren verdriet wordt gesjouwd.
Aan mijn kant van de Schelde,
Waar de toekomst altijd roept,
En 't verleden er niet toe doet.*



En toch, en toch trok de Schelde hem onweerstaanbaar aan. De andere kant ook, wat zou er toch aan die overkant zijn? De oever van de overkant zag er hetzelfde uit, en toch ook weer niet. Op een dag besloot hij de Schelde in te gaan. De gedachte trok hem aan en stootte hem af. Toch moest het, het moest gewoon. Met zwaard en harnas stapte hij aarzelend, op een afgelegen plek waar niemand hem zag, de slijkerige waterkant van de Schelde in. 'Als ik maar blijf wandelen, in het water op de bodem met mijn zware harnas, haal ik vanzelf de overkant', overtuigde hij zichzelf. Net toen het water hem aan de lippen stond, twijfelde hij weer: 'Ik heb toch alles, aanzien, een paard, een harnas, een zwaard, een gebied. Waarom doe ik dit?' Hij greep het handvat van zijn zwaard als houvast en zette door. Maar de sterke stroming haalde hem onderuit en ondersteboven. Hij was volledig onder water en zijn longen stonden op springen met slechts een beetje zuurstof over. Plots deed hij wat hij nooit gedacht had te moeten doen, hij ontdeed zich van zijn harnas en zwaard.

Luister maar lieve jongen, ook hier gaat een gedicht over:

*In de diepte van de Schelde,
Waar tranen stromen,
Beschaamd dat ze komen.
In de diepte van de Schelde,
Waar de strijd verdwijnt,
En de diepe bedding aan mij verschijnt.
In de diepte van de Schelde,
Slechts daar begint het te dagen,
Hoe het eigen lot te dragen.
In de diepte van de Schelde,
Waar verdriet geluk ontmoet,
En me even van mijn harnas ontdoet.*

Uitgeput en vermoeid van de overtocht, maar ook van de jarenlange strijd, kwam hij aan bij de overkant van de Schelde, slechts gekleed in zijn witte ondergewaad. Daar zwierf hij rond, al zoekend naar meer houvast dan enkel harnas en zwaard. Hij vond een wijze man die hem zoveel leerde... beetje bij beetje... over zijn ware macht en onmacht, pijnlijk gemis en vurig verlangen, dood en leven, zijn eenzaamheid in leiderschap en waar hij echt bij hoorde, over weggaan om terug te kunnen komen en hoe ergens naartoe gaan, ook ergens van weggaan is.

Luister maar naar een stukje van 't gedicht:

*Aan de overkant van de Schelde,
Ligt een plek die me roept,
Omdat 't verleden ertoe doet.
Aan de overkant van de Schelde,
Ontmoet ik in ontroering de stilte.
Op een plaats,
Aan de oevers bij de boerderij,
In mijn vaders, moeders, grootvaders, grootmoeders, voorouders, lange rij.*

Na enige tijd keerde hij via de Schelde terug naar de oever waar hij ook thuis was.

Hij droeg nog wel zijn harnas en hanteerde zijn zwaard, als het moest, liefst met open vizier. Vaak ook niet, en zoveel was nog hetzelfde, tot hij weer diep inademde, in stilte, als een held.

'Oh opa, wat een prachtig verhaal, word ik ook zó een ridder?' 'Ik hoop het wel mijn allerliefste jongen. Meer nog, ik geloof dat op een dag ook jouw mooie verhalen van ver aangevlogen komen, met je kleinkinderen op je brede, warme schoot.' ◀◀

'Als het hart gezuiverd is van zelfzucht, zie je jezelf weerspiegeld in je beste vriend'

Rumi

Intuïtie als bron van professioneel handelen - werken vanuit de tempelslaap

Edward de Boer

Het begrip intuïtie

In het begeleidingswerk zijn er vele bronnen van waaruit je kunt handelen. Een van die bronnen is intuïtie.

In de oudheid werd de tempelslaap gebruikt als een vorm om de leerling in te wijden. De leerling van de tempel werd in slaap gebracht om in een andere bewustzijnsstoestand inzichten te ontvangen: bij het wakker worden kwam de ingeving, als een flits. Dit proces van inslapen en inzicht werd *incubatio* genoemd en was verbonden met een diepe, intuïtieve vorm van waarnemen en leren. Na een periode van voorbereiding en slaap volgde het moment van verlichting en zelfinzicht. Leren was verbonden met intuïtie en inwijding.

Intuïtie is een ruim begrip en heeft in de geschiedenis verschillende betekenissen gekregen. Net als 'waarnemen' of 'denken' roept intuïtie ook in de dagelijkse praktijk veel op. Iedereen hanteert in zekere zin een eigen, heel persoonlijke vorm van intuïtie.

Intuïtie komt uit het Latijnse 'in tuare' (intuitio) en betekent 'naar binnen kijken'. Van Dale zegt over intuïtie: 'Door onmiddellijke innerlijke aanschouwing verkregen begrip.' en 'Onmiddellijke, niet op begripsdenken berustende over-

tuiging van de waarheid.' Intuïtie wordt hiermee beschreven als inzicht dat ontstaat buiten het bewuste, logische begrip om. Het is een vorm van een innerlijk weten, een overtuiging die in veel gevallen ook gepaard gaat met sterke lichamelijke gewaarwording: het bekende buikgevoel.

Bij het ambacht als professional is het de kunst om je eigen intuïtie te leren kennen om deze effectief in te zetten in het begeleidingswerk.

Er zijn vele vormen van intuïtie. In het professionele handelen zijn er twee die beide onder het begrip intuïtie vallen en tegelijk verschillend zijn: patroonherkenning en incubatie.

Patroonherkenning

Patroonherkenning vind je terug in alles wat gaat over posities, strooks, scriptpatronen en systemische dynamieken. Door veel te oefenen en te doen leer je steeds sneller en effectiever situaties herkennen en inschatten. Vanuit de ervaring weet je steeds beter 'intuïtief' wat er nodig is. Een begeleider met veel ervaring met misbruik of grensoverschrijding, zal in de regel steeds sneller in de praktijk de fenomenen herkennen die hierop duiden. Op persoonlijk ►►

niveau kan het ook de trance zijn van script: zonder na te denken weten we in een keer wat er moet gebeuren. Deze ingevingen zijn pijngestuurd en grenzen aan de reflex van overleven.

De kracht van scholing en het je eigen maken van een ambacht is dat je door ervaring steeds meer bewust leert zien en aanvoelen. Dat je in een coaching of begeleiding als het ware in een flits, razendsnel, weet hoe te handelen. Het is gebeurd voordat je het er erg in hebt: de diepe, onbewuste patronen die zeer snel verlopen. Patroonherkenning is een instinctieve vorm van intuïtie die hoort bij het onbewuste handelen van de expert. De ervaringsdeskundige voelt intuïtief aan dat het klopt wat hij doet, maar het is lastig dit logisch te beredeneren. Het klopt gewoon. Patroonherkenning is een snelle vorm van intuïtie.

Magische beweging en projectie

Bij deze snelle vorm van intuïtie horen onze magische bewegingen. Deze bewegingen zijn verbonden met instinctieve intuïtie, het is de eerste primaire reflex met als functie: weg van de pijn. Zo is bijvoorbeeld mijn eerste reactie op plotselinge, heftige woede de schrik. Ik weet dat ik direct weg wil. Mijn instinctieve beweging is vluchten: wegrennen of vluchten in een verwarrend rookgordijn van woorden. Met vluchten hoop ik de pijn te vermijden en op een magische manier iets in orde te maken. Mijn vluchtbeweging lijkt intuïtief, maar ze heeft echter alles te maken met projectie, het tegenovergestelde van intuïtie. In mijn schrik projecteer ik mijn angst op de ander. Ik neem de werkelijkheid waar met een vernauwde blik en zet er een glasplaat voor. Doordat ik deze vluchtbeweging in mijn persoonlijke geschiedenis heel vaak heb herhaald, in allerlei situaties, ben ik er heel goed geworden. De magische, instinctieve intuïtie is sterk verbonden met projectie. Het is een pijngestuurd patroon.

Incubatie en inspiratie

Een andere, tweede vorm is intuïtie als inspiratiebron, als creatieve ingeving. In de vakliteratuur wordt dit ook wel het proces van analyse, incubatie en inspiratie genoemd. Deze vorm van intuïtie verloopt in andere stappen, en volgens een ander proces dan patroonherkenning. Als je nadenkt over een vraagstuk of een probleem waar je in vastloopt, dan komt vaak het moment dat je het even niet meer weet. Bijvoorbeeld er speelt een systemisch thema bij een cliënt waarbij je niet weet hoe hiermee om te gaan. Je legt het vraagstuk opzij en laat het los. Vervolgens komt in veel gevallen op een later, onverwachts moment de creatieve ingeving. Vaak verschijnt deze in de vorm van een plotselinge, betekenisvolle inval. In bijna alle gevallen is het noodzakelijk dat we het bewuste denken loslaten en iets heel anders doen. Vaak gaat het gepaard met geestelijke of lichamelijke ontspanning zoals: douchen, koken, fietsen, schoffelen, wandelen, mijmeren, muziek maken. Vooral

‘Geschenk uit een stille bron’

fysieke, zich herhalende activiteiten stimuleren dit proces in grote mate. Juist als je het bewuste denken, de analyse loslaat - het niet weet - en letterlijk in beweging komt, valt de ingeving je toe als een geschenk uit de nacht. Dit is de langzame vorm van intuïtie.

Bewegingsleren en intuïtie

Wibe Veenbaas introduceert het begrip ‘bewegingsleren’ in de publicatie *Intuïtie. Geschenk uit een stille bron*. Leren werken met het bewegingsleren betekent bewustwording van de bewegingen en dynamieken die spelen in de professionele ontmoeting. Daarmee is het bewegingsleren van betekenis voor de bedding in het contact tussen begeleider en cliënt.

Het bewegingsleren bestaat uit vier afzonderlijke stappen. In deze fasen van bewegingsleren zijn beide intuïtieve processen verbonden in een diagnostisch instrument voor de begeleiding. De gewaarwording van de instinctieve bewegingen worden verbonden met zelfdiagnostiek. Door deze vier stappen te leren kennen, te verdiepen en te toetsen in het werken in contact ontstaat een krachtige verdieping en verfijning van jezelf als instrument: het is zoals het stemmen van de snaren en het spelen van toonladders.

De vier stappen van het bewegingsleren zijn samengevat:

1. Gewaarworden van je eerste instinctieve bewegingen. Gewaarworden, aannemen en ervoor buigen.
2. Het hart spreekt wat er opkomt naar aanleiding van deze gewaarwording: het hart als toetssteen, als meetinstrument.
3. De afwisseling tussen beide eerste twee stappen: spanning en ontspanning wisselen elkaar af. Je proeft als het ware wat er speelt in de dialoog tussen waargenomen instinctieve beweging en het antwoord vanuit het hart.
4. In de diepte van de stilte en het ‘niet weten’, wordt de ingeving geboren: je weet wat je te doen staat omdat je het waarneemt in contact met het veld en jezelf. De zuivere intuïtie heeft een kans omdat je langs je eigen instinctieve bewegingen bent gegaan.

Wat dit proces van vier stappen van bewegingsleren voor mij bijzonder maakt is dat het een praktisch instrumentarium vormt waarin beide vormen van intuïtie worden verbonden. In de eerste fase proef je als het ware welke instinctieve bewegingen er spelen: je wordt je bewust van je diepe razendsnelle overdrachtspatronen en leert deze herkennen en aanvaarden. Veel handelingen die we kwalificeren

als intuïtief zijn verbonden met hoe we het ooit hebben geleerd te doen: hoe we oordelen en besluiten, handelen, leven. De stap van gewaarwording helpt je als begeleider bewust te worden van deze trancefenomenen in de patronen en van binnen te beseffen ‘oh ja, zo doe ik het’. Met de eerste stap maak je de vorm van intuïtieve patroonherkenning eigen, aan de hand van je eigen gedragingen.

Het hart als kompas

In het hart als meetinstrument leer je het niet-weten te hanteren als een tempelslaap voor het professionele handelen. Juist in de nacht worden de invallen en ingevingen geboren. Door het niet-weten te leren kennen en te durven hanteren als een vrije ruimte waarin iets nieuws geboren kan worden krijgt de tweede vorm van intuïtie, het incubatieproces, een plek. Het bewust inzetten van het niet-weten helpt je om je hart als een innerlijk kompas te gebruiken. Door de leegte het aan te nemen als een productieve vrije ruimte, ontstaat vertrouwen en leer je het te hanteren, hoe spannend het ook is. Incubatie en inspiratie laten zich niet dwingen: ze worden je gegeven.

In de afwisseling tussen beide leer je de twee vormen van intuïtie te onderscheiden en te hanteren: patroonherkenning verbonden aan de instinctieve beweging en het niet-weten als betekenisvol veld voor het incubatieproces met creatieve, scheppende ingeving.

In de laatste, vierde fase van het bewegingsleren werkt de persoonlijkheid als schaal, als klankbord om de ingeving vanuit het veld waar te nemen, erop te resoneren en te vertalen naar een zinvolle interventie. Juist door beide vormen af te wisselen en bewust in te zetten, wint het begeleidingswerk aan professionele diepte.

In de vier stappen van het bewegingsleren vallen bewustwording, dienende plek en professionele intuïtie samen. Juist waar we onze eigen, instinctieve patronen gewaar worden en deze in de ontmoeting met de ander inbrengen, komt dat wat verborgen is in het licht, wordt het zichtbaar. Zo gelden de woorden van Rumi als inspirerend motto voor het werken met intuïtie als bron in de professionele begeleiding. ◀◀

Edward de Boer werkt als consultant, executive coach en trainer bij Converse Consulting en is oprichter van Intuition Lab. Voorjaar 2013 verscheen van hem Professionele Intuïtie. Versterk je innerlijke vermogens. Amsterdam, Uitgeverij Nelissen.
www.intuitionlab.nl of www.converseconsulting.eu

Literatuur
- Roemi (2007) *Liefde is de weg. Kwatrijnen van Roemi*. Den Haag, Uitgeverij Synthese
- Veenbaas, W. en Broekhuizen, M. (2011) *Intuïtie. Geschenk uit stille bron*. Utrecht, Phoenix Opleidingen.

Mannen Vallen

Mannen vallen, als bosjes om me heen
als bosjes, om-mij-heen.

Als mannen vallen, vallen ze heel luid;
door de mand, door de hoeven,
en dat is goed.

Ben blij niet meer te hoeven,
blij met mijn plek, mijn doel,
mijn raketbasis, in de binnenstad.

Loop vaak op mijn plek, zo alleen,
hoor mezelf, soms val ik, net niet.
Iemand zegt: "Waar gaat dit over?"

Dat blijkt een monoloog.

Ik heb anderen nodig;
moeilijk om te vragen.
Ik vraag soms, ongevraagd,
zonder ruimte, om te geven.

Ik weet het, en beweeg weinig.
Ik moet het doen, met wat ik doe;
en dat, beweegt de ander! Dankjewel.

Jos Cozijnsen

Alleen een dwaas blaast tegen de wind in, maar met zijn allen veranderen we zijn richting

André Fun

Het is donderdag 7 juni 2012; ik kijk naar het live verslag van de Alpe d'HuZes op televisie. Ademloos zit ik te kijken hoe gewone mensen deze Franse berg per fiets of handbike beklimmen of lopend naar boven ploeteren. Eenmaal boven dalen de fietsers weer af om dan opnieuw naar boven te klimmen. De zeer fanatieken gaan zelfs zes keer op één dag.



De tv-beelden bleven onderhuids en maakten diepe emoties wakker. In de afgelopen jaren ben ik telkens het thema leven en dood tegengekomen en reisde onder andere tijdens de vervolopleidingen bij Phoenix door vergeten landschappen. Zo vond ik een antwoord op mijn lot een adoptiekind te zijn. Wat maakte nu dat ik zo geraakt werd door

de uitzending? Natuurlijk is het bijzonder te zien hoe mensen hun overleden dierbaren herdenken door meerdere keren een berg op te fietsen; aangrijpend zijn hun verhalen.

Na een korte nacht vol verwarrende dromen wist ik waarom ik zo diep geraakt werd door deze actie. Ik beweerde altijd dat ik niet zo veel had met kanker, maar de uitzending deed een appel op mij om werkelijk te kijken. Onmiddellijk belande ik in het land waar mijn leven-en-dood-thema zich afspeelt en ontdekte dat mijn lot verweven is met deze ziekte. Mijn biologische moeder raakte op drift toen haar moeder aan kanker overleed. Ze was een jonge vrouw van achttien en zo op zoek vanuit het gemis. Op haar 24e kreeg ze mij en stond opnieuw met lege handen; ze besloot om mij af te staan.

Bij Lammert, het zoontje van mijn adoptieouders, werd acute leukemie geconstateerd. Toen Lammert anderhalf was overleed hij. Bang voor herhaling besloten zijn ouders om een kind te adopteren. Als jongetje van zes kwam ik in het gezin. Mijn (adoptief) oma en opa, die naast ons woonden, waren mijn belangrijkste leermeesters en zorgden voor plek en grond onder mijn voeten. Ik werd werkelijk gezien door hen. Vlak voor mijn 12e verjaardag overleed mijn oma aan de gevolgen van borstkanker. Nog steeds kan ik zo terug reizen en dan zit ik met mijn oma op de houten bank buiten. Een ouderwetse emaillen po aan onze voeten: we zijn zo stil en ik weet dat ze zal gaan. Mijn adoptie moeder overleed op haar 65ste aan een levertumor. Mijn adoptievader overleed in 2004 aan prostaatkanker, hij werd 76.

Ik moest terug over ruw terrein naar de oerbreuken in mijn bestaan en besloot dat ik mee moest doen met de Alpe d'HuZes 2013. Ik schreef mij in en schaarde mij bij de groep die een poging gaat wagen de berg zes keer te verslaan. Het betekende een pelgrimage die startte toen ik begon te trainen: eerst wekelijks zes uur op de spinningfiets, naast krachttraining en Bikram Yoga en nu om de dag zo'n 100 km

op de fiets langs de kust. Leerzaam was de fiets- en klimclinic in België, waar ik de La Redoute, de Stockeu en de Wanne beklom. Het lichaam zo in beweging brengen opent heel veel, het lijkt alsof de ziel de beweging nodig heeft om te komen.

In groeiende kringen leef ik mijn leven.

Ze strekken zich over de dingen uit.

De laatste volmaken is mij niet gegeven wellicht, maar 'k waag het met hart en huid.

Rilke

Als een moderne Sisyphus zal ik mijzelf en mijn verhaal naar boven rollen. In mijn hart neem ik mijn dierbaren mee en ik ga het leven op de berg ten volle vieren. Het leven is ook erg goed geweest voor mij.

Vorig jaar werd aan een priester gevraagd of dit fietsen voor het goede doel naast het gedenken wellicht een nieuw religie is. Hij antwoordde ontkennend. Ik denk dat hij ernaast zat. Religie komt van 'religare', het Latijnse woord voor 'verbinden' en gaat in ruimere zin ook over zingeving. Met de mensen die eerder meededen gebeurde iets bijzonders, ze waren extreem blij en verbonden met Eros boven aan de top en tegelijkertijd heel erg verdrietig over het gemis. Met het spoor van kaarsen, in elke bocht weer, met de namen van de dierbaren die herdacht worden, is het alsof Thanatos de deelnemers naar boven geleidt. Ik moet zo denken aan de prachtige zin in het gedicht van Rumi: 'We zijn geen karavaan van de wanhoop'. De deelnemers gaan naar boven



in een lange stoet en geven daarmee antwoord op het lot en brengen iets gemeenschappelijks tot stand wat het verzamelen van geld overtreft.

Toegepaste ethiek: woorden omzetten in passende daden

Coen van Veenendaal, een van de oprichters van de Alpe d'HuZes, had het in een lezing over niet opgeven; dat kan een kankerpatiënt ook niet. 'Je zult daarin je eigen zieligheid moeten overwinnen', zei hij. Hij doelde in eerste instantie op het naar boven fietsen maar ook op de excuses die mensen verzinnen om niet in actie te komen.

Deze uitspraak was voor mij in zijn eenvoud de kern van de zaak. In de beroemde toespraak van Martin Luther King, waarin hij sprak over zijn droom, benoemt hij dat de mens moet kijken wat hij voor de ander kan doen. Levinas zegt het zo mooi: 'Het gelaat van de ander onderbreekt mijn verhaal, het vraagt om voorrang. Vanuit mijn gemis kan ik inleven hoe het voor een ander moet zijn om te missen. Vanuit mijn overvloed kan ik begrijpen hoe het ook voor anderen goed kan zijn...' 'Hij moet aan zichzelf en zijn zelfheid ontzinken', zoals een citaat van de oude mysticus Meister Eckhart luidt. Dan kunnen we met nieuwe ogen kijken.

If you can't fly then run, if you can't run then walk, if you can't walk then crawl, but whatever you do you have to keep moving forward.

Martin Luther King



Ik denk dat als we samen besluiten het er niet bij te laten zitten, dat we dan iets kunnen veranderen. Daarom noemen de mensen die mij kennen mij een optimist en een idealist. Coen van Veenendaal vertelde over zijn motto 'opgeven is geen optie': 'Alleen een dwaas blaast tegen de wind in, maar met zijn allen veranderen we zijn richting.' In de strijd tegen kanker ervaren zowel patiënten als hun dierbaren een groot gevoel van onmacht. Alpe d'HuZes is opgericht met als doel de onmacht die door kanker ontstaat, om te zetten in kracht, door met zoveel mogelijk mensen steeds weer de grenzen van het mogelijke te verleggen. De idealist in mij word onmiddellijk wakker als bijzondere mensen zoals Coen in beweging komen.

Naast het sportieve doel en mijn persoonlijk verhaal zamelt ieder deelnemer persoonlijk zoveel mogelijk geld in voor het KWF. Al dat geld gaat naar een eigen fonds binnen het KWF om nieuw onderzoek te initiëren. De stichting Alpe d'HuZes heeft goed nagedacht over een anti-strijkstokbeleid. Dit is een belangrijke factor geweest voor het slagen van deze inmiddels zo bekende actie. De gehele organisatie van het festijn kost de stichting niets. Sterker: ze verdienen er geld mee dat ook naar het fonds gaat. ◀◀



WIL JE ANDRE STEUNEN?

Ga dan naar zijn speciale deelnemerspagina waar je je donatie kunt regelen. Ook na 6 juni, de datum van de Alpe d'HuZes, zijn je giften nog welkom.

<http://deelnemers.opgevenisgeenoptie.nl/acties/andrefun/andre-fun/>

André Fun is gespecialiseerd in het werken met volwassen geadopteerden en adoptieouders en geeft workshops en lezingen.

www.andrefuntherapie.nl en

www.andrefun.nl

JIJ ZIET, JIJ ZIET, WAT IK NIET ZIE...

Toos Nowacki

In de Soefi-traditie is er het verhaal over een olifant en vier mannen die vanaf hun geboorte blind zijn. Ze staan bij een olifant en geven antwoord op de vraag hoe een olifant is. 'De olifant is een pilaar', zegt de man die zijn armen om een poot houdt. 'De olifant is een slang', zegt de tweede die aan de slurf voelt. 'Als een ruig tapijt', zegt de derde man die het oor betast. 'Nee hoor, een olifant is een bezem', zegt de man met de staart in zijn hand.

Deze inleiding gebruik ik in de lessen ethiek aan studenten die in de zorg gaan werken. Ieder van ons gebruikt steeds een bepaalde invalshoek of optiek om de werkelijkheid te benaderen, en al die delen bij elkaar maken het totale beeld complexer en completer. Deze insteek om de ethiek te naderen, ontleen ik aan de optiekentheorie van Henri Rijkens, ethicus. In het dagelijks werk in de zorg geeft deze theorie mij en mijn collega's een degelijk fundament voor de veelvuldige ethische vragen die we tegenkomen.

OPTIEKENTHEORIE: UITEINDELIJKHEIDSOPTIEKEN VERDIEPEN DE ASPECTOPTIEKEN

We benaderen ieder vanuit een eigen optiek de dagelijkse werkelijkheid. In onze westerse cultuur lijken de economische, juridische, medische en politieke optieken het meest aanwezig. Deze optieken kunnen met vele andere optieken uitgebreid worden, we noemen ze **aspectoptieken**. Deze aspectoptieken verschillen wezenlijk van drie andere optieken, de **esthetische, de ethische en de levensbeschouwelijke** optiek. Deze drie zijn de **uiteindelijkheidsoptieken** die voortgaan op waarden die door Aristoteles zijn aangereikt: het schone, het goede en het ware. Het lelijke, het kwade en het onware zijn dan de aanwezige schaduwzijden. Phoenix heeft met Aristoteles gemeen dat we waarden in de 'buik' plaatsen en dat we als begeleider, zoals vroedvrouw bij de geboorte, ernaast staan.

ETHISCHE OPTIEK, EIGEN TERREIN, EIGEN TAAVELD

In dit artikel gaat het om de ethische optiek. Dan stellen we de vraag hoe we **uiteindelijk menswaardig** behoren te handelen. Uiteindelijk menswaardig handelen. Drie containerwoorden, die een veld van gedachten, bindingen, verbanden en ervaringen oproepen. Woorden die we weliswaar verstaan, die echter telkens op hun inhoud bevestigd dienen te worden. Zo heeft ethiek haar eigen taal: menswaardigheid, 'het hoogste goed', waarden, normen, relationeel, verantwoordelijkheid, verplichtingen, afwegen, 'behoren te' en 'handelen'.

ETHIEK IN DE ZORG

Omdat ik in de zorg werk, liggen daar voor mij de eerste voorbeelden van hoe wij optieken innemen. Binnen de zorg zijn er de medische, verpleegkundige, sociale, therapeutische en ook de juridische, economische en andere aspectoptieken



Tekening Frans Nowacki

die we professioneel innemen en die heel veel bieden. We zien en ervaren dat dit niet altijd afdoende is.

Zij begeleidde hem al enkele jaren bij zijn ziekte MS. Op zijn vraag hoe zij over euthanasie dacht, vertelde ze 'professioneel' over wat euthanasie inhield. Wat in Nederland kon en wat niet en hoe we dat (juridisch) geregeld hebben met elkaar. En tegelijk voelde zij dat ze hem daarmee in de steek liet. Ze was geschrokken van zijn vraag en ze had zich verscholen achter een geleerd antwoord. Het hield haar bezig. Hoe had zij hem anders kunnen benaderen zodat hij als mens werd gezien en hoe had ze bedding kunnen maken voor zijn vraag? Wat was eigenlijk zijn vraag aan haar?

Soms maken we geen ruimte voor ethische vragen.

We vinden het (te) moeilijk, het kost teveel tijd (denken we), of we weten niet hoe. En waar die ruimte er niet is, niet genomen wordt of genomen kan worden, daar wordt het nog moeilijker, immers we handelen toch, vanuit de beste intenties:

Hij was een man van 87 jaar, die heel bewust niet gereanimeerd wilde worden. In het ziekenhuis op bezoek bij een vriend, zakt hij in elkaar en wordt acuut gereanimeerd.

ETHIEK EN HET GEWETEN: COMPLEX?

Ethische vragen ontstaan uit het leven van alledag. Vaak als de vanzelfsprekendheid van alledag wegvalt. Als we ons afvragen: 'Waar doen we goed aan?' 'Hoe zie jij dat?' 'Wat is nu wijsheid?' 'Wat niet meer vanzelf spreekt, roept vragen op, vragen waarvoor ons geweten ons stelt.

Jan was een bewoner die lichamelijk achteruitging. De zorg was erop gericht dat hij zo min mogelijk pijn had, maar dat hij ook een goed rolstoelbed zou krijgen, zodat hij bij de anderen kon zijn en aan activiteiten deel kon nemen. Voor de familie hoefde het rolstoelbed niet meer, hoefde er eigenlijk niet zoveel meer. De verpleegkundige had er last van. 'Hoe kan dat nou? Alsof het de familie niet interesseert? Het doet me pijn dat we de zorg niet kunnen bieden die we willen bieden.' En meteen erna: 'Ik heb jong mijn ouders verloren, ik had hen graag nog langer meegemaakt.'

In de zorg zijn er steeds opnieuw deze ethische vragen, waar we met bewoner en naasten en met mensen uit zoveel mogelijk - liefst alle - disciplines naar kijken. Waar we zoveel mogelijk stukjes van het antwoord bij elkaar brengen om uiteindelijk zo goed mogelijk te kunnen te kunnen handelen. Regelmatig dienen we te kiezen uit twee kwaden, dat vraagt iets, van ieder van ons, en dan zijn we zelf in het geding. In de gesprekken die soms wel dagen in kleine en grotere stukjes doorgaan, in uitwisseling in vraag en wedervraag, in stilte, in kort overleg zoeken we naar hoe we bij deze mens zo menswaardig mogelijk dienen te handelen.

Ethische vragen zijn trage vragen, die een eerste antwoord verdienen, omdat we ons verantwoordelijk weten. Vragen waar ons geweten ons voor stelt, vragen die ons bezighouden. Wilfried Nelles, systeemtherapeut, zegt: 'Het geweten berust op onderscheid maken en verlangt daarom een besluit, je sluit iets in of juist uit.' Een hele klus, voor ieder vanuit de eigen achtergrond (familie, collectief) van het geweten zo wezenlijk verschillend. Bij Phoenix heb ik die verstrikking vanuit het familiegebeten grondig mogen onderzoeken, en aan den lijve ervaren hoe sterk mijn geweten gevormd is door familie en collectief. Deze puzzel van het geweten bij ethische vragen speelt bij iedere bewoner, diens naasten en in het zorgteam, en bij ieder anders. En bepaalt daarmee opnieuw het belang van een bedding voor ethische vragen, om te leren zien wat de ander ziet. Complex, dat wel. Want wat is een pilaar, een slang, een tapijt en een bezem tegelijkertijd? Complex omdat ons zien, ons ervaren, denken en voelen en onze professionele insteek tegelijk spelen. Toch, vooral in deze tussenruimte van het 'wetende veld', ontstaan de eerste antwoorden, gericht op het menswaardig handelen.

'Als het van de ziel is, sluiten we in, al wat er is.'

ETHISCHE VRAGEN EN DE ZIEL: ZO COMPLEET MOGELIJK

Waar recht wordt gedaan aan ethische vragen zien we vaak dat er rust ontstaat, ook als we uit twee kwaden dienen te kiezen. Rust, omdat er een soort omslagpunt is, een perspectiefwisseling, een alpartijdigheid, waardoor wat groter is dan wij kan oplichten en begeleid kan worden.

Zij was een boerenvrouw. Ze bezocht dagelijks haar man in het verpleeghuis. Toen zij ongeneeslijk ziek werd, tuimelden de vragen van haar en de kinderen over elkaar heen. Ze drongen alsmaar aan op verdere behandeling. De arts had hen meegedeeld dat verdere behandeling enkel lichamelijke schade zou toevoegen, met slechts minimale extra leef-tijd. De vele gesprekken met mensen uit het team gingen vooral over medische vragen. De mededeling van de arts leek niet te landen. De vrouw en haar kinderen waren nog zo met overleven bezig en de ernst van de ziekte had tijd nodig. Langzaam drong de nieuwe werkelijkheid door en voor het team kwam er ruimte om echt te luisteren naar wat er speelde. Dat er nog iets anders was dan haar ziek zijn en haar vermeende angst voor de dood. Pas toen haar levensverwachting in verband werd gebracht met de zorg om haar man, kon haar echte vraag naar boven komen: 'Mag ik wel voor mezelf kiezen en de strijd opgeven, want wie zorgt er dan voor mijn man?' Toen deze ethische vraag duidelijk werd en zorg kreeg, kwam er een omslagpunt bij haar en haar kinderen. Het perspectief van langer leven veranderde in dat van vredig sterven. Zij wist ook hoe. Toen haar bed naast dat van haar man stond en de kinderen er waren, was er rust. En alle zorgmensen wisten nu van de nieuwe taak: haar zo zorgvuldig mogelijk te begeleiden op haar weg.

Ethische vragen zijn uiteindelijk van de ziel: zij zoeken naar het grotere, gehele beeld. Naar deze complete mens. Het wezen van ethische vragen is juist dat ze daarop bevragen. Nelles: 'Als het van de ziel is, sluiten we in, al wat er is.' Compleet, zo compleet als mogelijk. Hoe moeilijk de weg dan ook nog kan zijn, het raakt mij om te zien dat de uiteindelijke afwegingen ruimte bieden en dat, ook professioneel, nabijheid, zorg en liefde hun werk doen. ◀◀

Toos Nowacki werkt als geestelijk verzorger/zielzorger bij de Stichting Land van Horne in Weert en heeft haar eigen praktijk in Venlo.

SUPERVISIEGROEPEN VOOR PROFESSIONALS: WERKEN MET EEN KLEURRIJK PALET AAN INTERVENTIES

Voor professionals hoort regelmatige supervisie bij het vak. In de ontmoeting met cliënten of cursisten, in de ontmoeting met opdrachtgevers en organisaties zijn wij zelf immers altijd ook betrokken. We worden geraakt, en meestal juist in onze plekken waar we het meest kwetsbaar zijn, waar onze scriptpatronen geraakt worden. De ontmoeting draagt het professionele contact. Supervisie geeft die ontmoeting telkens weer de diepte die ze verdient, die haar echt maakt, de echtheid van mens tot mens.

Supervisie is ook speels, spelen met de mogelijkheden van interventies, onderzoeken waarom wat werkt in dit specifieke contact, ontdekken waardoor het spaak gelopen is. Een grote ruimte van mogelijkheden, een groot speelveld om te ontdekken, te creëren, te genieten van successen en nieuwe mogelijkheden te verkennen. Feedback als een opening voor groei, voor ieders specifieke groei in het professionele veld, naar ieders uniekheid. Zo leren we over de ander, over het vak, over ons zelf. Supervisie in een groep maakt die mogelijkheden alleen maar groter.



Hier leer je van je eigen ingebrachte casus en van de verschillende interventies en casussen van je medesupervisanten. Je groeit in professionaliteit door samen met anderen vanuit verschillende invalshoeken te kijken, luisteren, passende interventies te kiezen en daarmee te werken. Aanwezig zijn in de ontmoeting met je hart open.

Verschiedende aspecten van het werk komen in de supervisie aan bod: contact maken, contracteren, aansluiten, plek en plekbef, overdracht en tegenoverdracht, vensters van diagnostiek, het lichaam als bron, interventiekeuze en het meegeven van leer- werkopdrachten. Zo blijf je persoonlijk en professioneel geïnspireerd en gevoed in het werkveld van de kunst en kunde van de ontmoeting.

Sinds een paar jaar biedt Phoenix Opleidingen de mogelijkheid om onder leiding van ervaren trainers deel te nemen aan een supervisiegroep. In dit supervisietraject kom je zes maal per jaar een dag samen met een vaste groep supervisanten van maximaal 8 personen. Ieder krijgt de gelegenheid zijn of haar professionele vraag of aandachtspunt in te brengen en ermee te werken. Dit jaar starten 3 supervisiegroepen die begeleid worden door Anca Poll of Conny ten Klooster. Daarnaast is er een TA-groep met Sander Reinalda, die werkt binnen het kader van de Transactionele Analyse. Graag heten wij professionals welkom die van de ontmoeting met mensen hun vak hebben gemaakt: coaches, therapeuten, trainers en counselors. Ook starters in het vak nodigen we uit om deel te nemen.

Voor meer informatie:
www.phoenixopleidingen.nl



Een cadeautje aan mezelf

De supervisiebijeenkomsten met Anca Poll zijn voor mij een ideale manier om mijn professionele handelen te toetsen aan haar kaders en de kaders van mijn supervisiegenoten. Soms pijnlijk, altijd leerzaam en voedend. Het zijn heel intensieve dagen, die ik intens beleef en die ik beschouw als een cadeautje aan mezelf. Ik koester me graag in de warme bedding van Phoenix en geniet van de ontmoetingen met al die heel verschillende mensen met elk hun eigen verhaal en geschiedenis.

Fred de Baas

Mijn taak is mezelf welkom heten

Mijn werk is mensen in mijn praktijk welkom heten, in mijn veilige ruimte en toestemming geven er te laten zijn wat er is. Mijn taak is mezelf welkom heten en toestemming geven er te laten zijn wat er is, in verbinding. Telkens weer een spannende weg voor mij.

Supervisie is voor mij een mooie plek waar ik me welkom voel, waar ik de ruimte en de begrenzing ervaar om te leren. Zo kan ik mijn eigenheid ervaren als mens en als professional. Supervisie ervaar ik als warm, leerzaam en confronterend.

Annebet Nolen

Een warm bad en opnieuw thuiskomen

In de supervisiegroep krijg je in alle veiligheid de kans om te werken aan thema's in je leven die je vaak al wel kent, maar die je toch elke keer vanuit een andere invalshoek wilt onderzoeken. Het is steeds weer verrassend welke inzichten je krijgt, door je eigen thema's in te brengen en de thema's die anderen inbrengen. Het voelt als een warm bad en opnieuw thuiskomen. ◀◀

Majorie Soeters

Amuse

Wietske Jansen Schoonhoven

Bij Phoenix kom je af en toe een onbekend gezicht tegen. In deze rubriek stellen we onze nieuwe collega's door middel van een korte schets aan je voor, bij wijze van voorproefje.

Hoe ben je bij Phoenix terechtgekomen?

In 2004 begon ik aan de 3-jarige opleiding bij Conny en Sander. De laatste jaren werkte ik al veel met Wibe samen. Daarnaast had ik samen met Andrea van Reeken-Slee een bedrijf in relatietherapie en persoonlijke ontwikkeling: Innercompas Therapie.

Wat heb je hiervoor gedaan?

Ik ben afgestudeerd kunsthistoricus, met specialisatie *Kunst en architectuur* van de moderne tijd. Na een aantal PR functies bij NS en KPN op het gebied van kunst en cultuur, werkte ik 8 jaar als art editor bij Tableau fine Arts Magazine.

Tussendoor heb ik jaren met mijn gezin in het buitenland doorgebracht, en daar gewerkt als journalist voor expatkranten en -tijdschriften, en als adviseur voor musea en galleries. In Maleisië en Hongarije was dit voor mij een mooie brug om contact te maken met de lokale bevolking en de cultuur.

Wat doe je bij Phoenix?

Ik werk samen met Wibe in de Opleiding Relatietherapie en de Masterclasses. Hierin werk ik via de beeldende kunst en lichaamswerk met name op de symbolische laag. Daarnaast begeleid ik, vooral koppels en singles met relatieproblemen (zie op de website onder 'nieuws' voor Wietskes rubriek over relaties in NRC Handelsblad en NRC Next). Na de zomer leid ik samen met Peter Asscheman een groep door de 3-jarige opleiding, en ondersteun ik Morten bij groep 16 van de Maskermaker.

Wat vind je er leuk aan?

Ik hou van de werkelijke ontmoeting die plaatsvindt als mensen bereid zijn om te onderzoeken wie ze ten diepste zijn. Hiervoor komen mensen naar Phoenix, en op dit punt komen mensen aan als ze vastlopen in de liefde. Als mensen echt en duurzaam succes willen ervaren, is de reis naar binnen in mijn



ervaring de belangrijkste pijler. En ook ik ben onderweg.

Wat doe je daarnaast?

Ik werk als yogadocent voor het Haags Yogacentrum. Daar leer ik mijn cursisten om via yoga, adem en lichaamsbewustzijn hun persoonlijke effectiviteit te vergroten. In het boeddhistische klooster van Hoey in België geef ik bovendien een paar keer per jaar retraites yoga en mindfulness met mijn boeddhistische collega Hans Kloosterman. Op aanvraag verzorg ik lessen in yoga en bewustzijn voor bedrijven.

Wat doe je in je vrije tijd?

Werk en privé lopen in elkaar over. Yoga is een manier om mijn hoofd leeg te maken, de stilte te ontmoeten en aanwezig te zijn in wat zich aandient. Kunst leert mij om verder te kijken dan het beeld. En mensen en hun bewegingen zijn een constante bron van inspiratie voor mij. Ook mijn eigen man en kinderen (15, 18 en 21 jaar).

Gé Ophelders en Sander Reinalda

Boven is het stil - Gerbrand Bakker

Als Henk, de tweelingbroer van Helmer, overlijdt, wordt Helmer gedwongen om zijn studie Nederlands op te geven en de boerderij over te nemen. Henk is de lievelingszoon van vader. In het boek moet je de sluier zelf oplichten: wat betekent het, dat Helmers buurvrouw hem met de verrekijker bespiedt? Wat voor relatie heeft Helmer met de oude knecht van zijn vader? Wat betekent het getal twee: de twee onafscheidelijke buurjongetjes, de twee jongens in de kano, de twee ezels altijd dichtbij elkaar? En waarom brengt Helmer zijn hulpbehoevende vader naar boven? Waarom is het (boven) stil? Er gebeurt weinig in het boek en de hele ontwikkelingslijn roept een bepaalde traagheid op, waarin je zonder meer meegaat. De woorden zijn met zorg gekozen, het verhaal met liefde beschreven. (GO)



Dit ben ik! – Worden wie je bent met Transactionele Analyse Lieuwe Koopmans

Het leven is een schouwtoneel, elk speelt zijn rol en krijgt zijn deel.



Deze regels van Joost van den Vondel vormen het vertrekpunt van een verrassend nieuw boek over de betekenis van Transactionele Analyse in het dagelijks leven: Dit ben ik! – Worden wie je bent met Transactionele Analyse. In heldere taal en met herkenbare voorbeelden en opdrachten maakt Lieuwe Koopmans duidelijk hoe bruikbaar TA is als we willen onderzoeken wat ons eigen aandeel is in situaties en relaties waarin het niet gaat zoals we zouden wensen. Het is een liefdevol boek, dat de lezer oprecht en ongekunsteld uitnodigt het TA-gedachtegoed te verbinden met de eigen ervaringen. In die zin is het zowel een 'doe-het-zelf'-boek als een introductie in TA. Alle belangrijke basisconcepten uit de Transactionele Analyse passeren de revue en worden inzichtelijk gemaakt. Naast het bekende, serieuze handboek van Ian Stewart en Vann Joines is Dit ben ik! een welkome en toegankelijke aanvulling voor liefhebbers van de Transactionele Analyse. (SR)

Bolletje aarde en haar zee Marjan van Baekel-Kan en Anjo Kan

Zeer recent verschenen, in eigen beheer door een van onze cursisten uitgegeven, het prachtig vormgegeven kijk-, dicht- en doe-boekje 'Bolletje Aarde en haar zee'. Aan de hand van gedichtjes, die ritmisch zijn en typografisch speels en afwisselend weergegeven, mooie foto's en goed doordachte, creatieve opdrachtkaarten loop je virtueel (of: het Kind in jou!) langs het strand, door de duinen, met de enkels door de vloedlijn en zie, hoor, voel én ruik en proef je de zee, de wind, de meeuwen. Meer informatie? www.bolletjeaarde.nl (SR)



Professionele ethiek – Morele besluitvorming in organisaties en professies Rob van Es

Dit boek is mooi op tijd verschenen; ons momentum bezwijkt bijna aan de grote hoeveelheid morele dilemma's. Dit is niet de zoveelste inleiding in de ethiek. Deze keer word je aan de hand van ruim zestig films, dertig schilderijen en litho's, twintig romans, acht gedichten en zes toneelstukken wegwijs gemaakt in het nemen van morele beslissingen. Met behulp van de kunstvormen stelt van Es een driefasenmodel op van beeldvorming, oordeelvorming en besluitvorming. Hij heeft ongeveer tweehonderd morele besluitvormingsprocessen gebruikt om tot dit model te komen. Een theoretische exercitie is het dus zeker niet. In je dagelijkse praktijk kan dit model je zeker van dienst zijn. (GO)

Het morele instinct – Over de natuurlijke oorsprong van onze moraal Jan Verplaetse

Inzicht verwerven door te doen. Dat is kort gezegd wat dit boekje je kan geven. Onderverdeeld Veel mensen denken dat moreel gedrag vooral te maken heeft met nadenken over en het analyseren van morele dilemma's. Verplaetse verklaart in dit boek ons moreel gedrag aan de hand van vijf morele systemen. Vier ervan berusten op intuïties of emoties, zoals de hechtingsmoraal, de geweldsmoraal, de reinigingsmoraal en de samenwerkingsmoraal. Slechts één, de beginselenmoraal, is rationeel. Volgens de schrijver berust moraal in grote mate op biologische, automatische en emotionele processen. Om zijn zienswijze te onderbouwen maakt hij gebruik van bevindingen uit de psychologie, de filosofie en de neurowetenschap. Zo laat hij bijvoorbeeld ook zien hoe mensen tot echte empathie in staat zijn en dat zou begeleiders, adviseurs maar ook beleidsmakers een andere kijk op morele dilemma's kunnen verschaffen. (GO)



Rouw is liefde die zijn adres is kwijtgeraakt¹

Riet Fiddelaers-Jaspers en Jakob van Wielink

'Loopbaanbegeleiding' moet het traject genoemd worden. Ze komt voor een eerste gesprek. Haar verhaal begint aarzelend, de adem hoog. Ze vertelt dat ze per 1 december ontslagen wordt. 'Ik weet van mezelf dat ik de schouders eronder kan zetten, en ook die nieuwe baan wel weer vind. Maar het lukt me niet meer. Zes jaar geleden ben ik gescheiden. Van de ene dag op de andere ging mijn man bij me weg. Ik bleef achter met twee kleine kinderen en ben verder gegaan in mijn overlevingsstand. Een jaar later verloor ik mijn moeder. Eigenlijk heb geen aandacht gegeven aan beide verliezen. Ik heb er ook niet werkelijk om gerouwd. Ik weet ook niet hoe dat moet! En nu is het een brij geworden. Ik weet dat ik dit in coaching niet ineens kan oplossen, maar ik wil ermee aan de slag. Ik voel veel schaamte, juist ook naar mijn collega's. Dat ik, sterke ik, het zelf niet lijk te kunnen. En op het werk zeggen collega's dat na zes jaar de scheiding toch wel verwerkt zou moeten zijn. Ik voel die druk, maar kan er niet aan beantwoorden. Waar moet ik beginnen? Ik zet in de ruimte drie stoelen neer. Eén voor de echtscheiding, één voor het ontslag, één voor het overlijden van moeder. Het gezicht van mijn cliënt draait weg. 'Ik kan er niet naar kijken, ik wil het niet zien.'

Deze situatie geeft indringend de kluwen weer waarin mensen rondom verlies in terecht kunnen komen. Verschillende loyaliteiten die in liefde om voorrang lijken te vechten. Rouw en liefde, twee kanten van dezelfde medaille, dat weet iedereen die ooit bij Phoenix Opleidingen over de drempel is geweest (en de Vuurvogel leest). Wie niet wil rouwen, moet het hechten achterwege laten. We herinneren ons een workshop waarin een deelnemer veronderstelde dat het menselijk brein zich wel zo zou kunnen ontwikkelen dat hechting niet meer noodzakelijk is. Niet hechten, dat lijkt een aangename oplossing. Maar een magere, nauwelijks een werkelijke keus, een keus van dood daar waar het leven om voorrang vraagt.

Wie wil leven, omarmt het risico. 'Misschien is dat wel ware liefde: Elk moment het risico durven lopen op een scheiding. Liefde is leven op het scherpst van de snede. En soms gaat dat mis.'² We zijn de laatste jaren steeds meer gaan inzien dat het begrip 'rouw' niet uitsluitend bestemd is voor een verlies door de dood. Rouw dient zich ook aan bij (echt)scheiding, verlies van lichamelijke en geestelijke vermogens, er niet meer bij mogen horen, verlies van werk of verlies van toekomst of idealen. We zijn gewend onze liefde te richten op die ander of dat andere en ineens is het adres gewijzigd of ben je het adres kwijtgeraakt en loop je met je ziel onder de arm, niet wetend waar je het moet zoeken, of hoe. Hoewel dit voor de lezer niet tot gefronste wenkbrauwen zal leiden, is dit in de context daarbuiten en zeker in arbeidsorganisaties wel het geval. Het is ook hierom dat we *Aan de slag met verlies. Coachen bij veranderingen op het werk* schreven.

In het boek hebben we onder andere de verliescirkel als basis genomen. We kijken naar de stappen van de verliescirkel op de werkvloer. Hoe welkom ben je, kun je je hechten, is er verbinding, wat gebeurt er rondom afscheid en verandering,

is het toegestaan om te rouwen, hoe krijgt betekenisgeving een plek? Er is aandacht voor obstakels die mensen op het werk bij de stappen in de cirkel tegenkomen.

Die Belgen... als ik het erover heb, word ik weer emotioneel. De macht die een paar mensen in België hebben. Waarvoor ons bedrijf er nu niet meer is, daar kan ik zo boos om worden. (...) Fortis Bank was voor mij een veilige plek. Ik gaf veel, ook veel energie en dat doe ik nog steeds. Het heeft wel een tijd geduurd voor ik de kleur groen kon accepteren.



We zijn bij het schrijven geraakt door de vele wijzen en geïmplicaties, nuances ook, waarin verlies zich aan ons laat zien. De mens toont in de eerste ontmoeting misschien, aan de buitenkant, niet zijn verlies. Toch vraagt zijn onuitgesproken verhaal om aandacht, ruimte en bedding om het verlies aan het licht te laten komen. Hoezeer we ook 'weten' dat rouw zich niet laat oplossen, die ander zit wel mooi tegenover je met zijn verhaal, zijn vraag. Als personeelsverantwoordelijke, als collega, leidinggevende. Als coach en begeleider.

Fred is getrouwd met een vrouw die alcoholiste is en psychiatrische problemen heeft. Ze hebben vijf jongeren en hij werkt in ploegen. Hij is er nooit zeker van wat hij thuis aantreft: hebben de kinderen gegeten, liggen ze in bed, is zijn vrouw weer voor dagen verdwenen. Door de situatie moeten zijn collega's soms zijn dienst overnemen. Als zijn vrouw een einde aan haar leven maakt, is de ruimte die zijn anders zo zakelijke directeur hem biedt, voor Fred juist de reden om zijn werk weer snel op te kunnen pakken.

Zijn er misschien 'succesfactoren' te ontdekken in het begeleiden bij rouw? Wij denken van wel. Kenmerken voor rouw zijn gemis, verlangen en het zoeken naar het verlorene. Het voorbeeld van Fred illustreert in elk geval dat het creëren van ruimte en vertrouwen een bedding laat ontstaan waarin ook het werk weer een veilige plek is om naar toe te gaan. ◀◀

**Enkelen
Hadden zelfs de terugweg aanvaard.
Maar ze kwamen niet onze kant op.
Alsof ze iets – dat ze verworven hadden? – droegen?**
Wyslawa Szymborska

Riet Fiddelaers-Jaspers, Expertisecentrum Omgaan met Verlies & Opleidingen Land van Rouw

www.rieffiddelaers.nl, www.landvanrouw.nl

Jakob van Wielink, Boertiengroep www.boertiengroep.nl, Stichting dr. Elisabeth Kubler-Ross Nederland www.kubler-ross.nl

¹ Jean Jacques Suurmond, 'Rouw is liefde die zijn adres is kwijtgeraakt', Trouw, 15 januari 2013

² Jean Pierre van de Ven (2009). Omgaan met een scheiding. Houten, Bohn Stafleu Van Loghum.

RECENSIE VAN HET BOEK DE SCHIJF VAN VIJF - PRINCIPES VAN GEZOND LEIDERSCHAP AAN DE TOP VAN OLIVIER M. SPRANGERS.

Stefan Woudenberg

Eind 2012 verscheen het boek *De Schijf van Vijf* - principes van gezond leiderschap aan de top van Olivier Sprangers, een boek over leiderschap of eigenlijk over leiderschapsprincipes, over de ethiek van leiding geven. Dit boek is onlangs genomineerd voor 'Managementboek van het jaar 2013'.

Olivier verdient veel respect, vooral voor de openheid waarmee hij, aan de hand van voorbeelden uit zijn eigen leven, zijn eigen Werdegang beschrijft. Hoe hij zijn leiderschap ontwikkelde en zijn leiderschap vooral bevestigd vond en vindt als coach, als begeleider van executives en van teams. Olivier laat mooi zien hoe hij wat hij bij Phoenix Opleidingen leerde toepast in de wereld van organisaties.

Zijn belangrijkste uitgangspunt is, dat voor een leider het zakelijke en het persoonlijke onlosmakelijk verbonden zijn, om gezondheid en groei van zowel de organisatie als de leider en zijn leden mogelijk te maken. Bestudering van het snijvlak van persoonlijk en zakelijk brengt hem tot vijf leiderschapsprincipes:

1. leiders moeten inspireren
2. professionals sturen zichzelf
3. samenwerking ontstaat door een gezamenlijk doel
4. de leider bewaakt de waarden (voorbeeldgedrag moet)
5. erkenning en waardering betekenen groei

Het boek beschrijft deze principes in vijf verschillende hoofdstukken, voorafgegaan door een inleidend hoofdstuk over het waarom van deze vijf principes, die hij *de Schijf van Vijf* noemt, en een afsluitend hoofdstuk over het waartoe van zijn *Schijf van Vijf*.

Het boek beschrijft mooi welke persoonlijke reis Olivier heeft gemaakt. Het gaat ook over hoe hij de grenzen van zijn leiderschap heeft leren kennen. Hoe het leiderschap van Olivier juist niet in het zijn van directeur en bestuurder tot zijn recht kon komen, maar wel in het zijn van trainer, coach en schrijver. Ik vind het vooral een boek over het belang van coaching en van zelfonderzoek, en hoeveel dit juist ook directeuren en bestuurders op kan leveren.

Olivier beschrijft in *De schijf van Vijf* zijn kapstok voor werken met teams en directeuren. De Schijf van Vijf is zijn diagnostisch instrument, zijn leidraad voor gesprekken en trainingen. Waardevol, het klopt, het zit goed in elkaar - ik kan hem makkelijk volgen, in die zin geeft hij ook een goed voorbeeld van zijn eigen leiderschap als trainer en coach. Zijn boek leest vlot en makkelijk.

Het boek lijkt vooral geschreven voor executives en ook voor non-executives: commissarissen en leden van raden van toezicht. Het spreekt de leiders van organisaties aan, roept hen op om ook aan hun eigen groei te werken. Tegelijkertijd zou het zo maar zo kunnen zijn dat vooral collega coaches en trainers dit boek zullen gaan lezen. Zij zullen veel herkennen en ook praktische handvatten vinden om met leidinggevend aan het werk te gaan. In dit boek vinden zij goede argumenten om deze bazen te overtuigen hun blik niet alleen naar buiten maar ook naar binnen te richten.

Olivier is voor mij het meest overtuigend in hoofdstuk 2 ('Ruim baan voor eigen wijsheid'), waar hij praat over de rol, positie en het belang van de werknemer. Ik vind het leuk hoe hij, heel praktisch ook, beschrijft dat een werknemer volwassen is en goed voor zichzelf kan en mag zorgen. En dat je als leider een werknemer daar ook op kunt aanspreken, Olivier breekt hartstochtelijk een lans voor de werknemer:

“als medewerker is het je eigen dure plicht om zelf dat contactgesprek te regelen ... Dus je moet staan op je recht, je moet eisen dat je de tijd krijgt bij je baas. En als zijn secretaresse steeds roept dat zijn agenda zo vol is, dan loop je een keer spontaan bij hem binnen en passeer je haar zonder te vragen. ...Er moet de tijd zijn informeel binnen te lopen.”

Olivier schrijft over het belang van Systemisch Werken, maar in *De Schijf van Vijf* wordt het systemische gedachtegoed nog niet geïntegreerd. Dat zou zo maar onderwerp kunnen zijn van zijn volgende boek, waar ik dan meteen ook nieuwsgierig naar ben. Olivier is voor ons een lichtend voorbeeld in hoe hij de wereld laat zijn hoe hij onder andere het gedachtegoed van Phoenix Opleidingen uitdraagt en op papier zet. Wie volgt? ◀◀



AGRESSIE ONTMASKERD Een boek over agressie

Martine van Eijk

Is agressie eng? Ik vind boze mensen eng. Boos worden op iemand is onveilig. Boos hoort niet, vooral niet voor meisjes – want die stellen zich niet zo aan. Bovendien heeft boos worden geen zin, het resultaat was hooguit dat ik werd geïsoleerd. Stond ik in mijn eentje kwaad te zijn. Ik weet al een hele tijd dat ik weer boos wil kunnen worden op een ander. Boos is namelijk ook goede energie: 'Tot hier en niet verder!' of 'EN IK DAN?!' Maar ja, als je hoofd het snapt, zit het niet meteen in je lijf. De beweging anders gaan maken en je boosheid gaan uiten kost oefening en tijd.

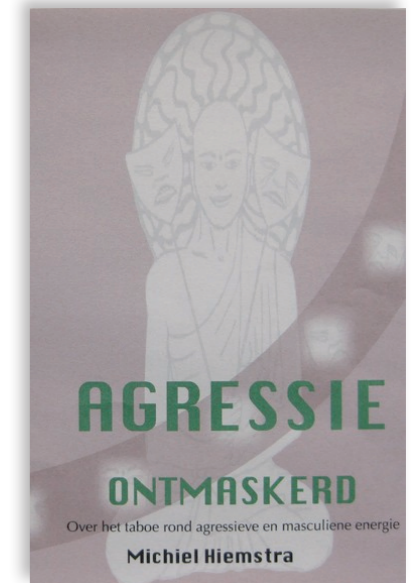
Toen ik hoorde dat iemand een boek over 'agressie' had geschreven, wilde ik er meer van weten. Michiel Hiemstra heeft een 'Phoenixiaans' boekje geschreven van ruim 100 pagina's dat je in een avond uitleest. Veel van de uitspraken en voorbeelden van Hiemstra zijn heel herkenbaar.

Behalve de persoonlijke reis van de auteur bevat het boek hoofdstukken over uitingsvormen van agressie, agressie en krijgskunsten, en hoe je om kan gaan met agressie. Hij laat zien hoe schadelijk het is voor opgroeiende jongens als we agressie ontkennen en proberen te onderdrukken. Daarna volgen hoofdstukken over de positieve kanten van agressie en hoe je er gebruik van kan maken. Agressie kan immers ook nuttig zijn. Het geeft bijvoorbeeld focus en overlevingsenergie.

Agressie is dus niet synoniem aan 'negatief'. Agressie wordt pas schadelijk als we het geen ruimte geven. Ik herken dat ik negatieve gevoelens als boosheid en jaloezie liever wegstop. Hoe meer ik ze wegstop, hoe meer het van binnen aan me knaagt. Dat merk ik soms aan mijn dromen, en aan de toon waarop ik ineens iets zeg. Inmiddels weet ik dat ik door deze gevoelens serieus te nemen, juist hele belangrijke dingen over mezelf en de wereld om me heen ontdek. Waarom onderdruk ik deze energie van mezelf steeds? Ik ben weliswaar geen man, maar dat onderdrukken van mijn drijvende energie (vuur) herken ik maar al te goed. Bij het lezen van dit boek dacht ik steeds: 'Wat goed dat dat iemand dit zegt. Iedereen moet dit snappen. Dit is belangrijk voor onze kinderen en voor onze maatschappij.'

Maar het woord 'agressie' resoneert vooral als 'boos' in me. Is agressie het handelende aspect van de emotie 'boosheid'? Dat kan wel kloppen want ik ervaar dat ik door mijn boosheid niet te uiten mezelf verlam. Ik kan alleen maar boos worden op mezelf; als ik alweer iets niet goed doe. Ik word passief en traag. In de driejarige word ik ook toenemend geconfronteerd met mijn ondergrondse boosheid. Soms ben ik woedend, ziedend zelfs, maar ik weet echt niet wat ik daarmee moet. Ik wacht vriendelijk lachend tot het overgaat. Natuurlijk heeft braaf wachten me veel gebracht in het verleden.

In het boek worden allerlei mechanismen die we gebruiken om agressie te ontkennen blootgelegd; zoals mensen dwingen



om het 'rustig uit te praten'. Niet iedereen is zo verbaal aangelegd. Dit kan soms de onmacht en de woede vergroten. Die onderdrukte woede kan dan vervolgens omslaan in depressie volgens Hiemstra. Ik herken dat; hij legt helder uit hoe dat mechanisme werkt.

Het boek is geen echt zelfhulpboek of vervanging van therapie. Hiemstra legt verbanden tussen agressie en cultuur. Hij bespreekt diverse films en citeert sociaal onderzoek naar rolmodellen om te illustreren hoe belangrijk masculiene energie is. Hij coacht pubers en volwassenen en stoeit dan soms ook met zijn cliënten, juist omdat woorden hier niet werken. Agressieve gevoelens accepteren is belangrijk voor opgroeiende jongens, maar niet alleen voor hen. Ook vrouwen hebben zo hun eigen opdrachten rond boosheid en agressie. 'Agressie' gaat over luisteren naar onze donkere kant en er gebruik van maken. Agressie geeft soms moed en doelgerichtheid. Agressie is een grensbewaker. Als je kunt vertrouwen op je eigen kracht omdat je je boosheid hebt leren kennen, kun je verantwoordelijkheid nemen. Je hebt dan meer mogelijkheden voor een 'antwoord' op een onverwachte situatie.

Helaas kun je dit niet allemaal uit een boek leren en, geloof me, weg-mediteren is ook niet voldoende. Je (ik) moet durven te oefenen met een ander.

Zoals we dat vaak doen bij Phoenix, door de ander jezelf ontmoeten en allebei leren hoe het voelt.

Daarvoor moet de begeleider veiligheid kunnen creëren voor iedereen en tegelijk aan grenzen durven tornen. Voor mij is de ontmoeting in mijn groep de ideale werkruimte. Dit boek is een ongepolijste diamant. Een goede eindredactie zou het beter maken, maar de boodschap is duidelijk genoeg: we doen onszelf tekort als we agressie proberen weg te stoppen. ◀◀

Martine van Eijk heeft diverse cursussen bij Phoenix gedaan en zit inmiddels in het tweede jaar van de driejarige opleiding. websites Michiel Hiemstra: www.agressieontmaskerd.nl en www.schoolvoorkrijgers.nl

Wat een intense drie dagen

Wat een mooie ervaring en wat een fijne ontmoeting met de andere jongeren die in dezelfde fase van hun leven zitten. Dezelfde behoefte kunnen delen om aan de slag te gaan met jezelf. Wie ben ik? Wat wil ik? Wat zijn mijn verlangens? Vragen die wij allemaal hebben. Gelukkig komt dit allemaal aan bod in de jongerengroep: een reis van duizend mijlen. Samen begonnen we ieder onze eigen reis naar 'antwoorden'.

De eerste dag ging ik met gezonde spanning op weg naar Phoenix. Ik had al wat gelezen over de cursus, maar ik had nog geen idee van wat ik precies kon verwachten. Hoe zullen de coaches zijn en de andere jongeren? Zal het voldoen aan mijn verwachtingen? Is dit wel echt iets voor mij? Vanaf het eerste moment dat ik bij de locatie aankwam, voelde ik dat het goed was. Er heerste een fijne en hartelijke sfeer in de prachtige ruimte aan de Kromme Nieuwegracht in Utrecht. De coaches stelden ons op ons gemak. En na de eerste, misschien wat onwennige, ochtend zaten we al gezellig met elkaar te kletsen in de pauze. Zo fijn om al je vragen te kunnen delen met jongeren die ook op zoek zijn naar wie ze zijn. Wat maakt ons nou tot wie we nu zijn en hoe we in het leven staan? Door middel van verschillende opdrachten gingen we hiermee aan de slag. Soms werd je er uitgepikt en werd er gevraagd of je een 'stapje' wilde maken. Dit betekent dat ze dan dieper ingaan op jou persoonlijk, dat wat jij meeneemt naar de cursus. Ook ik kreeg hier de kans voor en vond dit erg fijn. Daarnaast haalde ik ook ontzettend veel uit de 'stapjes' die de anderen maakten, vaak erg herkenbaar. Naast de persoonlijke opdrachten werden er ook veel opdrachten gegeven die je met z'n tweeën of in groepjes moest uitvoeren. Een mooie manier om elkaar beter te leren kennen en om ook elkaar onderling advies te kunnen geven.

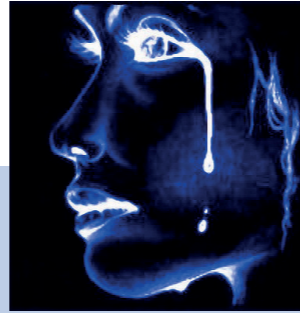
Na deze eerste dag van kennismaking en het ontdekken van wat je maakt tot wie je bent, gingen we de tweede dag aan de slag met ons verlangen. Wat is je verlangen en welk doel is er nodig om dit verlangen te behalen? Voor mij was dit heel leerzaam, omdat ik zoveel verlangens heb, dat ik eerst eens mijn rust moet vinden om mij te kunnen focussen op een verlangen tegelijkertijd. Velen binnen onze doelgroep voelen de druk om te presteren en te groeien. Wat ik hierin geleerd heb is dat je hart focus geeft en het dus van belang is al het denken opzij te kunnen zetten en te kunnen luisteren naar je hart: voelen! Ik had echt wat om mee aan de slag te gaan tot de terugkomdag een maand later.

'Het leven wordt voorwaarts geleefd en achterwaarts begrepen.'

Deze mooie zin omvat precies wat wij de eerste twee dagen behandeld hebben. Alles wat je hebt meegemaakt bepaalt wie je bent en je verlangens leven je voort. Dit was voor mij een mooie bewustwording.

En dan was daar de terugkomdag, een dag die begon met heel veel knuffels. Wat was het fijn om iedereen weer te zien en vast te kunnen houden. Zo leuk om iedereen te horen vertellen over welke ontwikkelingen zich hebben voorgedaan in de tussenperiode. Het is zo bijzonder om zoveel van je zelf te kunnen delen met jongeren die een maand geleden nog totaal vreemden voor je waren. Iedereen is zo open naar elkaar toe, wat ons dicht tot elkaar brengt. We begrijpen elkaar en zij weten nu meer dingen van mij, dan veel van mijn vrienden. Phoenix bracht mij een hele mooie en warme stap naar het begin van mijn reis!

Liefs, Milou



Kunsttranen

Keihard is het rotsblok van de tijd
waarop mijn tranen uiteenspatten in
de ruimte
keihard en nat
doordrenkt van zilte, zoete en bittere
verhalen
die ik uit mijn kwetsbaarheid heb
geknepen
door de molen van mijn afwezige vader
gehaald
uit de jurken van mijn verloren moeder
gemangeld
geplengd
gestort –
kristallen in het gewapend beton van
mijn ziel

Nu ligt daar ontmanteld
mijn bang zijn in het donker
hand in hand met
mijn falen in het licht
en hoeveel kleuren grijs heb ik daar
tussenin
gezweet, gebloed en gehuild
voor jullie – om ons
te verstoppen in het zicht

Dat is wat kristallen doen in beton
ze roeren de ziel
ze breken het geheim verbond
en openen
alles wat is en zal zijn
open en bloot
aantoonbaar juist
tranen als kunst als brug als poort als
entreebewijs
tot het aardse paradijs
als ingang
als ik
echt!

Ido Rood

Cursisten aan het woord

Ik zocht naar een opleiding die me veel zou leren over mezelf. Via een coach op mijn werk kwam ik in contact met Phoenix Opleidingen. Dat de opleiding drie jaar duurde, vond ik geen probleem. Ik zocht immers naar verdieping en dat vraagt nou eenmaal tijd. In mijn werk als teamleider project management kon ik meteen goed uit de voeten met wat ik leerde. Vanaf het begin heb ik de handschoen opgepakt en ben ik het gaan gebruiken in mijn werk. Ik had een groot team, en doordat mijn aanpak persoonlijker werd, werd het contact veel beter. Ik kreeg reacties als: 'Eindelijk hebben we een manager die aandacht aan ons schenkt en waarbij we terecht kunnen' en 'Je hebt me echt op weg geholpen om een vervolgstap te maken'. Spannend hoor, om dat persoonlijke stuk in een zakelijke omgeving naar boven te halen, maar ik wist al snel dat ik niet anders meer wilde.



'Wat leer je nou in één jaar?'

Als je jezelf echt wilt leren kennen, is dat veel te kort'.

Mijn interesse in mensen was er altijd al, maar ik beleef het nu anders. Ik durf een kwetsbaarder, opener manager te zijn en daardoor haal ik ook bij mijn medewerkers veel meer naar boven. Mensen mogen fouten maken, het is niet altijd 'hosanna'. Als dat vertrouwen er is, durven mensen met zichzelf te komen, gaan ze zich ontplooiën en wordt het echt menens met hun ontwikkeling. Ik zou willen dat in commerciële omgevingen dit type leiderschap veel meer toegepast wordt.

Inmiddels heb ik een eigen bedrijf samen met mijn vader. Dat we het zo goed hebben samen, is zeker te danken aan het proces dat ik op de opleiding heb doorlopen en de inzichten die ik er heb opgedaan. Ik zie de dingen veel scherper. Patronen van mezelf, van anderen. Ik heb een beter zicht op de organisatielijnen en ben steviger geworden in de beslissingen die ik moet nemen. Als ik nu met mijn vader op stap ga voor ons werk, kijken we elkaar na afloop aan en zeggen: 'Dit was wéér een bijzondere ontmoeting.' Zelfs de meest ijzige gesprekspartners ontdooien als je zelf met beide voeten op de grond staat en eerlijk bent en blijft. Dat maakt je betrouwbaar.

Kijk, ik had van mezelf altijd het gevoel: What you see is what you get. Maar als je je eigen schaduw niet kent, hou je toch wat achter, hoe transparant je ook bent. En dat voelen mensen. Dus ben ik opener geworden, óók in mijn negatieve kanten. Mijn hele hebben en houwen zet ik in. Dat is ook weleens spannend, want het nodigt de ander uit om hetzelfde te doen. Maar het levert mij zoveel op.

Eerlijk, open, transparant: ik ben gesterkt in mijn opvatting dat ik deze kernwaarden wil uitdragen. Als ik tegen een klant moet zeggen: 'Nee, wij kunnen dit niet', voelt dat nog steeds vervelend, maar het maakt ons wel betrouwbaar. En alleen zo hebben we in mijn ogen bestaansrecht.

Serge Smit is directeur van zijn eigen bedrijf Oxipack, specialist in lekdetectie van verpakkingen voor de voedingsmiddelenbranche en de farmaceutische industrie. Hiervoor werkte hij als manager bij grote bedrijven als Yacht en Philips.

www.oxipack.com

*Ik ben Loesje Tieleman, 16 jaar, uit Rotterdam.
Ik heb onderstaand gedicht geschreven met allemaal gevoelens door
elkaar. Ik hou heel erg van dichten en doe het vaak voor mijzelf.
Nou heeft de redactie mij gevraagd dit gedicht te mogen plaatsen in
de Vuurvogel en dat vond ik een hele eer.*

Als de wind stopt met waaien
Als de zon stopt met schijnen
Als de regen stopt met vallen
Als de tranen stoppen met stromen
Als een arm jouw magere schouders omarmt

De warmte van de hand op jouw schouder tot jouw ziel te voelen is

En de wereld stopt met draaien.
En alles even stilstaat en stopt met bonken
En dat al het geluid stopt met klinken.
En het enige wat nog bestaat de warmte van de lichamen mag zijn.

Dat moment dat je niet meer kan denken omdat de gedachtes elkaar aanraken
Dat ze verbonden worden en in de klit raken.
Dat ze nooit meer los zullen komen.
Dat je even voelt dat je leeft

En je even mag zweven
En je mag overgeven aan de kracht van liefde
En dat alle pijn wegstroomt naar het punt waar de hand zich gevestigd heeft.

Dat je even een en al licht mag zijn
En het jouw moment mag zijn om te stralen.

En dat het niet erg is voor mij om te hopen, alle regels te breken, en eraan mag denken,
Dat ik de persoon ben die naast jou zit en zijn hand op je schouder heeft gelegd.
Dat lijkt mij pas echt intens geluk.

Loesje Tieleman!

Ethische Commissie

Phoenix Opleidingen

Gonnie Hoonhout (voorzitter EC) en Marja Griffioen (lid EC)

In de afgelopen maanden heeft de Ethische Commissie van Phoenix Opleidingen (EC) een grotendeels nieuwe bezetting gekregen. Sinds november 2012 vormen wij, Gonnie Hoonhout (voorzitter), Henri Rijkse, Bas van de Berg, Marja Griffioen en Morten Hjort (als vertegenwoordiger van Phoenix) samen de EC. Wij bevinden ons in een overgangsfase waarin we ons buigen over onze plek, taken en ambities, zodat we in de toekomst de deelnemers aan de Ethische Code en het instituut zo goed mogelijk van dienst kunnen zijn. Als EC hebben we een relatieve autonomie ten opzichte van Phoenix als instituut: we fungeren als adviseur, ondersteuning, *klankbord, inspiratiebron en feedbackgever* op het gebied van het ethisch denken en handelen en vanuit een ethische benadering. Wij kunnen als EC dus gevraagd en ongevraagd reflecteren en adviseren vanuit een ethische optiek op het gedachtegoed van Phoenix over ethiek (zie voor het gedachtegoed van Phoenix het artikel *Ethiek van het ambacht elders* in deze Vuurvogel). Ook zorgen wij ervoor dat de Ethische Code up-to-date blijft, dat de klachtenprocedure goed functioneert en dat er een effectief functionerende klachtencommissie is. Voor de deelnemers aan de Ethische Code faciliteert de EC, namens Phoenix, een levende, ervaringsgerichte werkplaats, waar deelnemers aan de Ethische Code inspiratie kunnen opdoen en waar ze het ethisch gedachtegoed van Phoenix in de levende ervaring kunnen ontwikkelen en verdiepen. Tot nu toe werd deze platformfunctie ingevuld met de organisatie van twee studie/ervaringsavonden per jaar: één in de maand november en één in de maand april. Later in dit jaar willen wij een aangepaste Ethische Code uitbrengen, waarvan we hopen dat die de ethische visie van Phoenix duidelijker verwoordt en daardoor nog meer deelnemers aantrekt. Ook denken we mee over de inhoud en opzet van een tweede Ithaka. Dit boek, dat naar verwachting begin 2014 bij Phoenix zal verschijnen, wil een brede groep lezers inspiratiebronnen bieden voor ethiek in het boeiende ambacht van coach, begeleider, trainer en therapeut. Wil je ook deelnemer worden aan de Ethische Code? Kijk voor meer informatie over het deelnemerschap aan de Ethische Code op de website van Phoenix: www.phoenixopleidingen.nl

Je bent van harte welkom.

Ethische
Commissie



Phoenix Opleidingen

'Hier wil ik zijn'

'Waarom doe ik de dingen zoals ik ze doe en hoe kan het anders, want ik heb er last van.' Dat was voor mij de aanleiding om aan de driejarige opleiding te beginnen. In mijn achterhoofd speelde ook een vaag plan dat ik ooit zelf coach wilde worden, en dat wilde ik dan leren van de mensen die het vak in de vingers hebben. Ik kende Phoenix van een aantal workshops, dus ik wist: hier wil ik zijn.

Toen ik aan de opleiding begon, was ik al jarenlang manager in een groot commercieel bedrijf. In dat werk kon ik heel veel kwijt van wat ik bij Phoenix leerde en daardoor veranderde er meteen een heleboel. Ik kreeg als leidinggevende bijvoorbeeld veel meer oog voor de relatie en ging minder sturen op de taak. Waar ik vroeger nogal eens kon schrikken als een gesprek te emotioneel dreigde te worden, durfde ik nu te kijken naar het echte verhaal. Daardoor ging ik beter begrijpen wat er speelde, en mijn medewerkers waardeerden dat. Mijn interventies werden effectiever en in mijn team groeide de onderlinge betrokkenheid. Ook groepsprocessen ging ik beter doorzien. In vergaderingen snapte ik veel sneller wat er speelde en waarom het zo spannend was. En doordat ik zelf beter wist wat ik wilde, kon ik ook meer duidelijkheid bieden aan de mensen die ik aanstuurde. Mijn ontwikkelplannen werden doelgerichter en diepgaander, minder op de oppervlakte gericht.

Ik ben altijd een harde werker geweest, maar toen ik ging inzien waar dat vandaan kwam (ik zocht nog steeds de bevestiging en waardering van mijn vader), kon ik hierin soepeler gaan bewegen. Ik hoef nu niet meer te voldoen aan de verwachtingen van anderen en focus veel meer op wat ik zelf wil.

Het taboe van 'geen emoties binnen de werksetting' is eraf.

Ik maak nu dingen bespreekbaar en ik heb de tools om mensen inzicht te geven in hun gedrag. De meeste managers blijven het liefste weg uit die laag die onder het gedrag zit, maar ik heb ontdekt dat mijn leiderschap veel effectiever is als ik de wereld achter iemands gedrag durf te benoemen en te gebruiken. Dat geeft mij essentiële informatie en het maakt de communicatie transparant.

De driejarige opleiding heeft een ommezwaai betekend in mijn leven. Het was een flinke investering in tijd én geld, en die was het dubbel en dwars waard. Er is aandacht voor jou en jouw levensthema's. Doordat de tools worden geborgd in jezelf, in jouw ervaring, maak je een groot persoonlijk



proces door. Dat is wezenlijk anders dan dat de stof alleen op cognitief niveau wordt overgebracht. Ik ben gaan ontdekken wat ik wil en niet wil en dat is fijn én het bracht onzekerheid. De onzekerheid werd veroorzaakt doordat ik ging beseffen dat ik op een pad liep waarop ik eigenlijk niet meer paste en wat dan...

Het 'wat dan' is gelukkig als vanzelf ontstaan. Zo ben ik me veel meer bewust geworden van wat ik zoek in relaties, wat ik eruit wil halen en wat ik wil investeren. Ik heb geleerd om in het contact met mensen veel meer aanwezig te zijn, waardoor mijn relaties zich hebben verdiept. Doordat ik meer vertrouwen in mezelf kreeg, kan ik nu steviger mijn standpunten innemen. Ik sta voor datgene wat vanbinnen voor mij klopt. Mijn presentatie is er krachtiger door geworden en de impact van wat ik vertel groter.

Dit proces van groei en verandering is begonnen in de driejarige opleiding en het heeft me veel gebracht. En het mooie is: het gaat maar door! Dit is een ontwikkeling die niet meer stopt.

Ciske van Haeringen is consultant en coach binnen zijn eigen bedrijf JFH Consultancy. Hij heeft een achtergrond in Supply Chain / Logistiek en Projectmanagement.

Bij Phoenix heeft hij de Opleiding in Professionele Communicatie en enkele vervolgoopleidingen voltooid. Hij richt zich vooral op de menselijke kant van verandermanagement.

www.jfhconsultancy.nl