

De ontmoeting

*Je bent zo
Mooi anders
Dan ik.*

*Natuurlijk
Niet meer of
Minder
Maar*

*Zo mooi
Anders.*

*Ik zou je
Nooit*

*Anders dan
Anders
Willen.*

Hans Andreus

Inhoud

Inleiding	11
Deel 1 De ontmoeting	14
Inleiding	15
Hoofdstuk 1 Ons levenspad	16
Hoofdstuk 2 De rol van de ontmoeting op onze levensweg	24
Deel 2 De professionele ontmoeting	36
Inleiding	37
Hoofdstuk 3 De wortels	38
Hoofdstuk 4 De methode van de professionele ontmoeting	50
Deel 3 Zeven dimensies van de professionele ontmoeting	64
Inleiding	65
Dimensie 1 Bewust Zijn	67
Dimensie 2 Niet weten	84
Dimensie 3 Empathie	98
Dimensie 4 Emoties en je lijf	112
Dimensie 5 Uit je hart spreken	124
Dimensie 6 Het creëren van een tijdloze ontmoeting	134
Dimensie 7 Spelen en plezier	144

Epiloog: De kracht van de ontmoeting	156
Voor wie meer wil weten	161
Literatuur	169
Dankwoord	171

Inleiding

10

Enige jaren geleden maakte ik een wandeling door de duinen met een oud-collega van mijn vader, tevens een vriend van de familie. Ik had hem kort daarvoor mijn boek *Dit ben ik!* gegeven. Hij had dit met aandacht gelezen. Toen wij erover spraken, begon hij met de zin: 'Waar wij vandaan komen, spreken wij niet zo over 'ik''. Ik vond dit een fascinerende zin. Waar wij vandaan komen, spreken wij niet zo over 'ik'. In één zin maakte hij een brug tussen mijn geschiedenis en mijn professionele ontwikkeling als coach en trainer in de afgelopen dertig jaar.

Ik groeide op als jongste zoon in het gezin van een doopsgezinde predikant. Als kind kreeg ik het belang van 'je dienstbaar maken ten behoeve van de ander en de maatschappij' met de paplepel ingegoten. Het 'ik' stond ten dienste van 'de ander'. Gelijktijdig was ik een kind van de jaren zeventig en tachtig, niet voor niets later bestempeld als het 'Ik-tijdperk'. Zelfontwikkeling en zelfbepaling stonden bovenaan. Autonomie was het nieuwe heilige woord. Deze twee werelden stonden met elkaar op gespannen voet en leidden tot veel wederzijds onbegrip tussen onder andere mij en mijn ouders.

Ik omarmde in de jaren tachtig de *Transactionele Analyse* (TA) als een nieuwe waarheid. De TA werd ontwikkeld in de jaren zestig en zeventig als humanistische psychologie, waarin persoonlijke groei en autonomie-ontwikkeling centraal stonden. Hier vond ik antwoorden op tal van mijn levensvragen. Ik werkte in die jaren als verpleegkundige in de psychiatrie. Ik voelde mij verwant aan de stroming van de antipsychiatrie, die zich fel verzette tegen de macht van instituten en de farmacie. De macht hoorde in handen te zijn van de cliënten.

Ik maakte kennis met het werk van Carl Rogers, waarin de cliënt centraal stond en de therapeut/begeleider volgde. Ongemerkt stapte ik daarmee weer in de voetsporen van mijn vader. In de jaren die volgden ontwikkelde ik mij tot coach, counselor en trainer. De vraag over de verhouding tussen het 'ik' en 'de ander' nam ik in mijn rugzak mee. Ik verdiepte mij in het werk van Buber, Levinas en Frankl, allen fenomenale denkers over de relatie tussen het individu en de wereld/de ander. Ik ging op bezoek bij het boeddhisme, buurtte bij het hindoeïsme, keek over de schutting bij het soefisme en voedde mijn verwantschap met de gnostiek. Ik stortte mij op het systemisch werk en maakte studie van kwantummechanica en neurobiologie. Geleidelijk aan vond ik een weg waarin het individuele –

Dit zijn wij!

‘ik of ‘de ander’ – minder centraal kwam te staan. In plaats daarvan kreeg ‘de relatie’ een steeds centralere plaats.

Mensen zijn relationele wezens. Wij bestaan bij de gratie van de ontmoeting met de ander. Veruit de meeste vragen waarmee mensen in coaching of training komen, gaan over relaties. Bij mij is de overtuiging gegroeid dat niet mijn antwoorden van de grootste betekenis zijn. De kracht en betekenis van begeleidingswerk zit vooral in het vermogen om relaties aan te gaan.

Deze relaties zijn in zichzelf een model voor cliënten en begeleiders over hoe om te gaan met levensvraagstukken in het algemeen. Van mijn Engelse collega Susannah Temple leerde ik het zinnetje ‘Do I and others benefit?’ als een soort centrale vraag voor al mijn begeleidingswerk en ontmoetingen. Het is een eenvoudige vraag die als een kompas richting geeft aan al mijn ontmoetingen.

Parallel aan mijn eigen ontwikkeling ontwikkelt zich in de Transactionele Analyse een stroming die *Cocreatieve TA* genoemd wordt. De initiatiefnemers hierin, Graeme Summers en Keith Tudor, plaatsen in hun werk de ontmoeting in het hier en nu tussen therapeut en cliënt centraal. Deze ontmoeting heeft als doel om samen antwoorden te ontwikkelen op vragen die cliënten inbrengen. Zij noemen dit een proces van cocreatie. De werelden van begeleider en cliënt kruisen elkaar en daarmee cocreëren zij een nieuwe werkelijkheid. De ontmoeting tussen begeleider en cliënt heeft dit cocreëren tot doel. Graeme Summers heeft het in dit kader over het maken van een nieuw ontwerp van je wereld(beeld).

Dit boek gaat over ontmoeten. In hoofdzaak richt ik mij daarbij op begeleiders. Zij zijn de (semi-) professionals in ontmoetingen. Hun vaardigheid bestaat uit het aangaan van de ontmoeting. Tegelijkertijd kan het evengoed door cliënten gelezen worden. Zij dragen immers hun eigen verantwoordelijkheid voor en in deze ontmoeting. Met dit boek wil ik handreikingen doen voor het aangaan van wat ik de Professionele Ontmoeting noem, zodat de ontmoeting de waarde en diepgang krijgt die zowel de begeleider als de cliënt verrijkt.

De Professionele Ontmoeting beschouw ik in dit boek als een ontmoeting waarbij:

- a. de ontmoeting een doel heeft, gevoed door een vraag/probleem;
- b. er gewerkt wordt in het hier en nu;
- c. er sprake is van een gezamenlijke verantwoordelijkheid;
- d. de relatie tussen begeleider en cliënt actief een middel is om de doelen te realiseren.

Het boek is opgezet in drie delen. Deel 1 heeft de titel 'De ontmoeting'. Het gaat over de individuele gang die ieder mens door het leven maakt (hoofdstuk 1) en het belang van de ontmoeting met de ander daarin (hoofdstuk 2).

Deel 2 heeft de titel 'De professionele ontmoeting'. In dit deel schrijf ik over de wortels van de professionele ontmoeting. Ik laat hierin denkers uit de psychologie, filosofie, neuropsychologie en spiritualiteit die mij en anderen geïnspireerd hebben aan het woord (hoofdstuk 3). Vervolgens ga ik in op de vraag of er daadwerkelijk sprake is van een methode en bied ik uitgangspunten en handreikingen (hoofdstuk 4).

In Deel 3 werk ik vervolgens zeven dimensies van de professionele ontmoeting uit: bewustzijn, niet-weten, empathie, emoties en je lijf, uit je hart spreken, tijdloosheid en tot slot humor en plezier. Ik kies ervoor om hier te spreken over 'dimensies' in plaats van 'hoofdstukken'. Daarmee wil ik benadrukken dat deze zeven aspecten eigenlijk onlosmakelijk en van nature met elkaar verbonden zijn. Omwille van het leren en reflecteren splits ik ze uit, maar ze vloeien in elkaar over.

Vervolgens vat ik in een korte epiloog de essentie van het boek samen. Aan het einde van het boek geef ik per hoofdstuk inspiratiebronnen aan. Ik doe dat in plaats van een uitgebreid notenapparaat. Zo'n notenapparaat dient mijn doel niet. Liever vertel ik over wie mij op welke wijze heeft geïnspireerd, om zo jou ook als lezer uit te nodigen je eigen verdieping te creëren. Uiteraard geef ik tot slot nog wel een uitgebreide literatuuropgave.

In het boek gebruik ik veel verhalen. Mensen gebruiken van oudsher verhalen om elkaar dingen duidelijk te maken. Ook maken mensen verhalen over hun leven om zichzelf te begrijpen. Het vormt een van de kernen van de professionele ontmoeting: het creëren van verhalen over je eigen leven waardoor jij jezelf en anderen gaat begrijpen.

Ik gebruik verhalen in verschillende vormen. Zo leid ik elk deel kort in aan de hand van een schilderij. In Deel 3 gebruik ik bioscoopfilms als introductie van elk aspect. Verder gebruik ik anekdotes en voorbeelden uit mijn werk met cliënten, in groepen en mijn persoonlijke leven.

Tussendoor geef ik steeds vragen en opdrachten mee. Deze zijn er ten dienste van het leren en de reflectie van elke lezer. Ze bieden de mogelijkheid om met jezelf of met anderen in gesprek te gaan. Mogelijk leiden deze vragen tot nieuwe vragen. Dan hebben ze hun dienst bewezen.

Ik schrijf in dit boek voornamelijk in de 'hij-vorm'. Dit is omwille van de leesbaarheid. Het spreekt voor zich dat het hier over zowel mannen als vrouwen gaat.

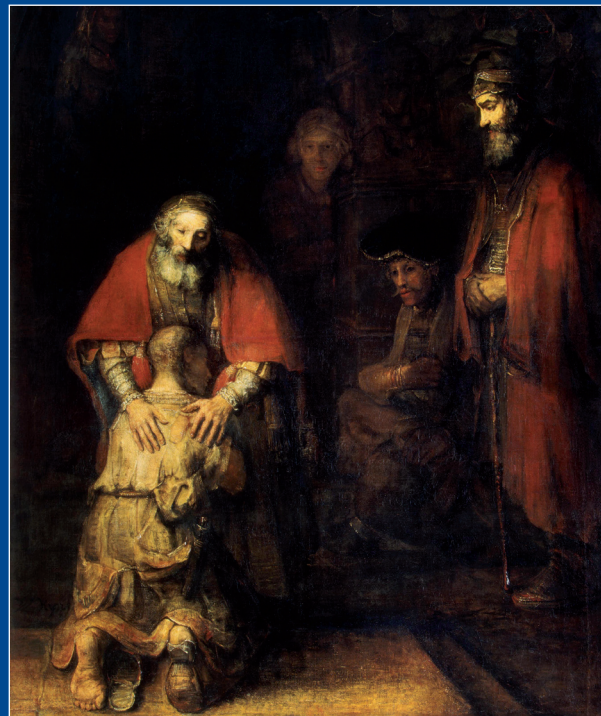
13

De professionele ontmoeting heeft vele gedaanten. Je ziet haar in coaching, supervisie, therapie, counseling, pastoraat, de zorg en het onderwijs. In elke tak heeft men een eigen aanduiding voor de verschillende rollen in deze ontmoeting. Voor de eenduidigheid heb ik ervoor gekozen met twee benamingen te werken: 'cliënt' voor de hulpvrager/probleeminbrenger en 'begeleider' voor degene die de professionele ontmoeting faciliteert.

Tot slot: mijn vorige boek, *Dit ben ik!*, viel deels te lezen als mijn persoonlijke weg door het leven. Dit boek is vooral een weerspiegeling van mijn professionele weg en ontwikkeling. Wanneer ik erin slaag dit boek een spiegel te laten zijn om naar je eigen ontwikkeling te kijken, ben ik in mijn opzet ruim geslaagd. Voor mij persoonlijk maakt het de cirkel rond. Geboren uit het 'Wij', ontwikkeld tot een 'Ik', groeiend naar een diep besef van de relatie tussen mijzelf en de ander.

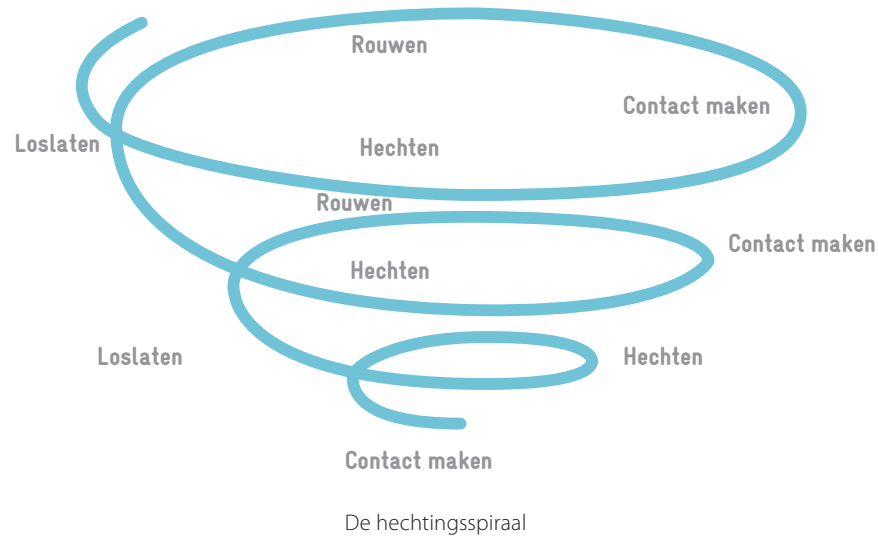
Deel 1

De ontmoeting



*De terugkeer van
de verloren zoon*

Rembrandt van Rijn (1668)



Het leven is op deze wijze te zien als een weg waarin je steeds weer opnieuw contact maakt, hecht, loslaat en rouwt.

Ik illustreer het aan de hand van het verhaal van Frank.

Frank is getrouwd met Sandra en samen hebben ze twee kinderen van vijf en zeven. Hij heeft een drukke baan als businesscontroller in het bedrijfsleven. Daarnaast speelt hij voetbal bij DWV. Frank werd vanwege zijn financiële achtergrond gevraagd of hij penningmeester wilde worden van de voetbalvereniging (contact maken). Hij heeft zich in de loop der jaren zeer verbonden met deze taak, maar ook met zijn medebestuurders. De samenkomsten van het bestuur waren voor hem meer nog ontmoetingen met vrienden (hechten). Hij ervaart echter dat de tijd met zijn gezin onder steeds zwaardere druk komt te staan en dat hij geleidelijk gezondheidsklachten ontwikkelt. Zo wordt hij wat kortademig en neemt ook zijn gewicht toe. Hij besluit dat hij meer aandacht aan zijn gezin wil gaan besteden (contact maken 2) en daarom moet hij zijn penningmeesterschap los gaan laten (loslaten). Dit loslaten gaat niet zonder slag of stoot. Hij mist het contact echt en is daar soms verdrietig en boos over (rouwen). Uiteraard beïnvloedt dit ook de wijze waarop hij zich thuis met zijn gezin verbindt (hechten 2). Pas na verloop van tijd lukt het hem om er ook echt te zijn als hij thuis is.

Dit zijn wij!

Deel 3

Zeven dimensies van de professionele ontmoeting



Regenboog bij kasteel Arundel

W. Turner (1824)

Dimensie 7 Spelen en plezier

Bewust Zijn

Niet weten

Empathie

Emoties en je lijf

Uit je hart spreken

Het creëren van een tijdloze ontmoeting

Spelen en plezier