



Leermeeester van de stilte

*Je zat naast me tegen de stam,
Legde je jas over mijn voeten
En zweeg een heel uur lang
Niemand had me ooit zijn jas geleend
Of zo mooi tegen me gesproken*

Saare Haile, dichteres uit Eritrea



GEA KOREN

Diep vanbinnen weet ik dat de stem van mijn roeping hoorbaar werd toen bleek dat mijn broer Dick niet kon praten. Rond zijn vijfde levensjaar werd helder dat hij een verstandelijke beperking en autisme heeft. Ik was toen twaalf jaar. Vanaf die leeftijd heb ik een tijdlang onbewust geleerd van stilte.

Ik leerde de 'stilte voor de storm' kennen. Ik besepte dan dat er iets op handen was, dat er iets te gebeuren stond. Meestal betekende dat heel veel onrust.

Ik leerde dat zwijgen iets anders is dan stilte. Toen ik in de brugklas zat, deed ik als verlegen meisje een experiment. Ik wilde onderzoeken hoe het was als je niks kon zeggen. Dat deed ik een schoolweek lang! Ik weet het nog goed. Ik had het besloten, maar niet gemeld. Ik kreeg dan ook boze reacties op school en thuis. Daarnaast werd ik geplaagd en uitgedaagd om toch wat te zeggen. Ik leerde dat stilte gevoelens van onmacht, angst en onbegrip oproept. Aan beide kanten. Na twee dagen schreef ik een briefje over wat ik aan het doen was. Dat voelde als oneerlijk, Dick kon immers niet schrijven, maar ik wilde het niet al na twee dagen opgeven.

Wat ik vooral leerde van dit experiment is dat geforceerde stilte niet werkt.

Later in mijn leven leerde ik de positieve kanten van stilte kennen en leerde ik haar bewust toe te laten en toe te passen. Zo werd stilte een leegte, een ruimte om Dick te kunnen horen, hem te leren verstaan. Soms kon ik hem dan een stem geven. Vaak ook niet. Wat gehoord wordt in stilte, blijkt soms onuitsprekelijk.

En zo ontstond mijn fascinatie voor taal en voor het onzegbare, voor het waarnemen voorbij de woorden. Achteraf gezien is mijn loopbaan ontstaan terwijl ik mijn roeping volgde om anderen stem te geven. Dat deed ik op allerlei manieren. Door les te geven in de Nederlandse taal en door te spreken en schrijven namens anderen. Ik wilde echter ook mensen in de positie brengen zélf stem te geven aan wie zij zijn en zo rolde ik via HRM-functies het vakgebied van coaching in.

Terugkijkend is het niet verwonderlijk dat ik mij specialiseerde in narratieve coaching. Er is niet één manier van narratief coachen. Wel zijn er verschillende benaderingen die van het

narratief, dat wil zeggen het verhaal of de metafoor, gebruikmaken. Het verhaal als grondstructuur in het proces waarin mensen betekenis verlenen aan hun ervaringen.

Samen met Toos van Huijgevoort schreef ik het boek *Narratief coachen, de kracht van het zelfverhaal*. Daarin bieden we vele manieren aan waarop je narratief kunt interveniëren. Essentieel is dat je als narratief coach steeds een schone ruimte creëert, waarin het verhaal van de ander er kan zijn zonder het te beïnvloeden met jouw eigen verhalen. Bedenk dat je jouw verhalen niet eens hoeft uit te spreken om de schone ruimte te beïnvloeden ...

Tijdens het coachen heb ik ook aandacht voor stilte. Wat gebeurt er bij mij als er stiltes vallen? Wat gebeurt er bij de coachee? En wat betekent deze stilte? Ik merk dat als de stilte er mag zijn er ruimte komt voor diepgang en intensiteit. Stilte hoeft niet te betekenen dat een coachee geen inzicht verwerft. Integendeel: het inzicht kan zo diep en confronterend zijn dat het zich nauwelijks laat verwoorden. Bewust hanteren van de stilte helpt dan bij het verinnerlijken en bij persoonlijke betekenisgeving.

Mijn broer en leermeester is inmiddels 51 jaar en komt eens in de veertien dagen bij ons thuis. Dick en ik kunnen met elkaar lezen en schrijven. Onze ontmoetingen zijn steeds intenser, voorbij de woorden. Lezen staat bij ons voor luisteren naar de stilte.

In de woorden van de dichter Martinus Nijhoff:

Wie goed luistert naar dit stil gesprek

Die zal de woorden in zijn hart bewaren

Zoals Dick niet hoeft te voldoen aan mijn manier van communiceren, zo kan ik het ook van een coachee accepteren dat hij soms geen woorden heeft. Ik aanvaard hem zoals hij ten diepste is, zonder hem per se te moeten begrijpen.