

# DE KRACHT VAN PERSOONLIJKE VERHALEN

PAULINE SEEBREGTS



**Naast het vertellen van oude en reeds bestaande verhalen is er steeds meer aandacht voor het vertellen van persoonlijke verhalen; labels op theezakjes die middels gerichte vragen hiertoe uitnodigen, verschillende podia in den lande waar mensen waargebeurde verhalen vertellen. Maar ook in bedrijven en organisaties waar het persoonlijke verhaal opmars doet.**

Zo begeleidde ik eens een medewerkersdag in een onderwijsorganisatie. Medewerkers zouden met elkaar ‘op verhaal komen’ rond het thema ‘De ontmoeting - ik en de ander. Martin Buber, een Duitse filosoof, werd aangehaald. Buber was niet iemand die zou zeggen; ‘Ik denk dus ik besta’ maar hij zou wellicht eerder zeggen: ‘Ik ontmoet dus ik besta’.

*Als ik ik ben omdat jij jij bent  
en jij jij bent omdat ik ik ben,  
dan ben ik niet werkelijk ik  
en jij niet werkelijk jij.*

*Maar als jij jij bent omdat jij jij bent  
en ik ik ben omdat ik ik ben,  
dan ben ik werkelijk ik  
en jij werkelijk jij.*

*- Een Chassidische uitspraak -*

De ontmoeting met de ander was voor Buber cruciaal. Hoe aanvaard je de ander in de ontmoeting? Daar waar hij hetzelfde is als jij en waar hij anders is dan jij. Tijdens die medewerkersdag ging het om de

ontmoeting door middel van persoonlijke verhalen. Na aanvankelijke schroom was het enthousiasme groot. Mensen die al jaren samenwerkten hoorden elkaar op een hele andere manier. Mensen die op nieuwe afdelingen waren geplaatst hadden voor het eerst het gevoel dat er echte aandacht was voor hen. Door de dag heen ontstond er door het delen van de verhalen meer warmte, betrokkenheid en verbinding met elkaar.

Jezelf onthullen in een persoonlijk verhaal is echter niet voor iedereen vanzelfsprekend. Zeker als het gaat om een zakelijke of professionele context. Zo stond een bestuurder voor veranderingen in de organisatie die doorgevoerd moesten worden. Hij had mij gevraagd te helpen met zijn verhaal. Een sheet met een flink aantal veranderpunten lag op tafel. Die moesten zijn medewerkers ‘zo snel mogelijk tussen de oren krijgen’, zo stelde hij. Ik vroeg hem hoe het zou zijn om zijn mensen ook te bereiken via het hart. Op dat moment werd hij gebeld door zijn vrouw. Het telefoongesprek ging over de zorg voor zijn zoon die blijkbaar als cliënt inwoonde in een andere zorgorganisatie. Ineens zag ik een betrokken, zorgzame

vader. Een andere man. Ik vroeg waarom hij niet over deze situatie zou vertellen in zijn verhaal, hij kende immers als geen ander beide posities. Onwilling weerde hij af. 'Te privé' en 'waarom zou ik een ander opzadelen met mijn sores'. Uiteindelijk heeft hij het toch gedaan! Door precies dat stuk van zijn eigen verhaal te vertellen dat relevant was voor zijn medewerkers en door zich kwetsbaar te tonen in zijn verhaal vond hij een ander gehoor. Zijn verhaal zette een menselijke toon.

Dat is óók de kracht van persoonlijke verhalen. Of het nou op het werk is of thuis in het contact met de kinderen, in het delen van dit soort verhalen leer ik iets over wat het betekent om de ander te zijn. Leer ik ook wat het betekent om mens te zijn. Ieder mens heeft zijn eigen vragen, twijfels en oplossingen. Hetzelfde en toch anders. Het persoonlijk verhaal van de ander voegt toe aan mijn mens zijn.

Vaak merk ik echter dat mensen hun eigen verhaal niet herkennen als waardevol. 'Oh, maar dat is toch niets bijzonders!'. Omdat we vaak zo weinig afstand hebben van onszelf kunnen we niet altijd zien hoe

ons eigen verhaal juist ook een geschenk kan zijn; voor jezelf om te vertellen en voor de ander om het te mogen horen!

#### TIPS

- Vertel aan de hand van een voorwerp in je huis eens een persoonlijk verhaal aan iemand anders.*
- Vertel over onderwerpen en thema's die je emotioneel aankunt.*
- Geniet ervan!*



## PAULINE SEEBREGTS

Pauline Seebregts is professioneel verhalenverteller, trainer en coach. Zij maakt vertelvoorstellingen vaak over maatschappelijk relevante thema's. Meer toegepast werkt zij met verhalen in bedrijven en organisaties ten behoeve van o.a. veranderingsprocessen. Daarnaast begeleidt ze teams en bestuurders met het maken van hun eigen (professionele) verhaal als ook met de presentatie daarvan. Als docent is zij betrokken bij de Vertelacademie en geeft o.a. workshops Personal Storytelling. 'Door mensen te leren luisteren naar hun eigen verhaal vinden zij hun vaak eigen verrassende antwoorden!'

[www.storywise.nu](http://www.storywise.nu)

