

Inhoud

Inleiding 7

Loslaten 11

Thomas Verbogt

De komst van koningin Lear 17

Anja Sicking

Drie vrouwen 22

Elke Geurts

Hoe ook jij door yoga eenvoudig je burn-out kunt
verslaan 30

Tjeerd Posthuma

Wakkerschudder 36

Martin Rombouts

'It really gets bad 'round midnight' 41

Wanda Reisel

Boren 54

Maartje Wortel

Uit de krant 59
Lolies van Grunsven

Eekhoorns 66
Saskia Goldschmidt

Ontvuld 72
Christiaan Lomans

Stel 78
Huub van der Lubbe

Diep en donker 83
Joep van der Heijden

Uit het veld 90
Teuntje Klinkenberg

Een vloer vol vrouwen 99
Iris Koppe

Pitbull 106
Maaïke Bergstra

Over de auteurs 113

Over de samenstellers 117

Toegepaste kunst bij De Bouwmeester 121

Met dank aan 123

Inleiding

Alle verhalen in dit boek zijn waargebeurd en gaan over gebeurtenissen en onvoorziene wendingen die iedereen kunnen overkomen.

Het zijn verhalen over mensen die dusdanig klem zijn komen te zitten op en door hun werk dat het verstrekkende gevolgen voor ze heeft. Tegen wil en dank zijn ze terechtgekomen in arbeidsconflicten, reorganisaties of een slechte werksfeer, of ze zijn getroffen door een ernstige ziekte of een burn-out. Vaak is het een opeenstapeling van gebeurtenissen die ertoe leidt dat mensen het spoor bijster raken. Vaak ook gaat het om mensen van wie je niet direct verwacht dat ze in een situatie belanden waarin ze de controle kwijtraken. De verhalen zouden over collega's en vrienden kunnen gaan, of over jou of mij.

Wij, de samenstellers van deze bundel, komen in ons coachingwerk veel klem zittende mensen tegen. Hun verhalen raken ons en laten ons vaak niet meer los. Ieder verhaal is uniek, en toch zijn er overeenkomsten. Hoewel alle verhalen zeer persoonlijk zijn, blijken ze vrijwel altijd te staan voor grotere thema's waar anderen zich mee kunnen identificeren.

Van huis uit zijn we theaterregisseur en we geloven beiden in de kracht van verhalen. Voor degenen die het betreft is het belangrijk om een samenhangend verhaal te kunnen maken van wat hun overkomen is. Ook voor anderen kan dat

verhaal van belang zijn: om zich erin te herkennen, zich te kunnen spiegelen en ervan te leren.

Juist deze verhalen moeten dus gedeeld worden, vinden wij, en zo werd onze wens geboren de verhalen voor een groot publiek toegankelijk te maken.

We bedachten dat we de waargebeurde verhalen het liefst wilden laten optekenen door bekende literaire schrijvers, omdat goede romanschrijvers als geen ander de kunst verstaan inzicht te brengen in de persoonlijke drijfveren en de kwetsbare kanten van de mens. Hoewel we ons realiseerden dat we met gevoelige materie bezig waren, konden we dit idee niet meer van ons afzetten.

Gelukkig is ons netwerk zo groot dat we alle schrijvers persoonlijk konden benaderen en we wisten zowel hen als de klem zittende mensen enthousiast te maken om mee te werken.

We hebben goed nagedacht over welke schrijver bij welke klemzitter paste en ze met elkaar in contact gebracht. Beide partijen hebben we vóór hun eerste ontmoeting zorgvuldig gebriefd. De schrijvers voerden intensieve gesprekken met ‘hun’ betrokkenen. Deze gesprekken vormden het uitgangspunt voor een eigen versie van de gebeurtenissen. Van groot belang was dat ieders privacy gewaarborgd bleef. Zo ontstonden deze vijftien verhalen, waar iedereen zich honderd procent achter kon scharen.

De mensen die het zelf hebben meegemaakt, waren vooral bereid om hun verhaal te vertellen om anderen te kunnen helpen: mensen die misschien ook klem zitten, of bijna. Of mensen die er in hun omgeving — al dan niet professioneel — mee te maken hebben. Voor sommigen van de hoofdpersonen was het een grote stap om mee te doen. Het liefst wilden ze die donkere bladzijde uit hun leven zo snel mogelijk

omslaan en vergeten. Toch besloot iedereen mee te werken, zodat nu ook het verhaal erin staat van degene die zo lang tegen beter weten in is blijven vechten, en van degene die dacht er nooit meer uit te komen.

Lees deze verhalen om je niet zo alleen te voelen als het jouzelf treft, of om beter te begrijpen hoe mensen in dit soort ellende terechtkomen. De verhalen helpen je doordat je je kunt spiegelen aan wat anderen is overkomen. Ze helpen je om minder te schrikken en om niet weg te lopen als je een 'klemzitter' tegenkomt, maar te luisteren naar het hele verhaal en de juiste vragen te stellen.

Vastgelopen mensen zijn vaak niet meer in staat hun eigen situatie in kaart te brengen. Hun omgeving (partner, werkgever en hr-adviseur) evenmin, omdat die te nauw betrokken is of een eigen (werkgevers)belang heeft. Dit kan leiden tot een patstelling, waarin het schijnbaar niet meer mogelijk is om een gelijkwaardig gesprek te voeren. Deze verhalen geven moed en inspiratie om weer vanuit gelijkwaardige posities naar de situatie te kijken en met hernieuwde energie open te staan voor een oplossing.

Loslaten

THOMAS VERBOGT

Dagdromen, ik weet wat het is: ik beweeg me niet of nauwelijks, ik ben ergens waar geen beroep op me wordt gedaan, een stil café in de namiddag bijvoorbeeld, ik ben er niet meer, overgenomen door gedachten die ik niet zelf stuur. In mijn dagdromen worden geen wenselijke situaties onthuld, nee, ik kom in verhalen terecht die direct of vaag iets te maken hebben met een groot verhaal waar ik aan werk.

Dagdromen kunnen geen nachtmerries zijn.

Vaak kwam ik al de woordspeling ‘dagmerrie’ tegen, meestal in poëzie van een dichter aan wie dan in elk geval ik geen aandacht hoefde te besteden.

Een nachtmerrie zegt niets over het tijdstip waarop die zich manifesteert. Voor een nachtmerrie hoef je niet te slapen. Je weet niet wat je overkomt, je kunt nauwelijks zeggen wat het is.

Een nachtmerrie kan overdag je gedachten binnendruiven en kwaadaardig je hele hoofd vullen. Ik zoek naar een omschrijving. Ik denk aan angst, aan woede, aan een obsessie. Ik denk aan het antwoord op de vraag wat je het allerergst vindt, en dan heb ik het niet over verdriet of, weer, angst, meestal is dat het gevolg van een gebeurtenis, nee, ik heb het over het begin van iets en ‘iets’ is een te klein woord.

Het is in het alledaagse, het startpunt van een nachtmerrie. In onze omgang. Het is aanvankelijk ongrijpbaar. Zonder te weten wat het is, denk je dat het ergens bij hoort. Misschien

is het de gewoonste zaak van de wereld als het op ons pad komt, terwijl we ons er intuïtief tegen verzetten. Maar ondanks ons verzet: het gebeurt, we weten dat het gebeurt, we zijn eraan gewend, we willen er niet aan gewend zijn, maar we zijn eraan gewend.

Onredelijkheid. De macht van onredelijkheid.

Een autoriteit met het masker van het gelijk.

Een lach hoort er ook bij. Een lach die geen lach is, maar een gebaar dat je liever niet wilt zien. Een gebaar als de gebiedend wijzende vinger, de opgestoken vlakke hand van tot hier en niet verder. Je wilt een vraag stellen, maar de ander heeft zich al omgedraaid, zoals Kafka schreef: 'Zoals mensen die met hun lach alleen willen zijn.'

Het is een manier van doen waarin je stem verdwijnt.

Ze woont een kilometer of tien buiten de stad. Eerst met de pont, dan een klein uur met de fiets. Haar huis staat midden in het dorp, aan een klein plein, door bomen omringd. Het is er stil, zo'n stilte die zich onwillig met het daglicht mengt. Er is iets, zonder dat te zeggen valt wat. Iedere onverhoedse beweging zal opvallen.

Ze is vriendelijk, maar waakzaam. Haar huis is niet groot, haar grootste kamer dus ook niet. Veel AC/DC aan de muur. Het zou ook een klein café kunnen zijn, een verzamelpunt voor mensen die van hardrock houden en van een leven dat anders is dan het leven dat ze moeten leiden, met te weinig geld en te weinig perspectief.

Ze zet koffie. Ze rookt. Ze probeert ontspannen te zijn. We hebben elkaar nog nooit ontmoet. Ze weet waarvoor ik kom. Ik kom voor haar verhaal. Zij wil haar verhaal vertellen. Onredelijkheid bindt ons, wij kijken ernaar zoals we naar een diep, donker gat kijken, we staan aan de rand van dat gat.

Ze zegt: 'Ik zeg altijd wat ik denk. Ik kan van mijn hart

geen moordkuil maken. Als iemand mij iets vraagt, geef ik antwoord. Als iemand mijn mening wil, geef ik die. Ik praat soms te hard, maar dat zit in me. Komt misschien omdat ik soms bang ben dat ik niet gehoord word.'

We zitten in haar huiskamer, maar lopen ook over een werkvloer waar ze ambtenaar is, een afdeling die vergunningen verleent, vergunningen voor van alles, van parkeerplaatsen tot evenementen. Dit werk kent ze op haar duimpje, ze doet het al twintig jaar, ze doet het graag. Tot er een coördinator kwam. Ze was natuurlijk wel wat coördinatoren gewend, maar deze was anders.

Hoe ze dat wist, vraag ik.

'Ik voelde dat meteen.'

Ze stond niet alleen met dat gevoel. Collega's werden ziek, ineens, ze nam hun werk over, want nogmaals, ze hield van het werk.

En op een dag maakte ze een opmerking tegen de coördinator. Ze had hem voor de vijfde keer iets uitgelegd, iets wat te maken had met een vergunning, niet een echt ingewikkelde kwestie. Maar vijf keer hetzelfde moeten uitleggen kan storend zijn, irritant. En irritatie is vaak een vijand van diplomatie. Ze zei tegen de coördinator: 'U bent niet capabel.'

Dat was niet handig. Wel wáár, misschien, maar niet handig op sommige werkvloeren. Het zijn slechts vier woorden, maar toch: twee ervan kunnen grote gevolgen hebben. Of grote gevolgen, dat hoeft niet, sommige woorden kunnen tot een gedachtewisseling leiden, maar een gedachtewisseling zat niet in het systeem van de coördinator.

Zo zegt ze het zelf niet, ik maak het ervan, omdat ik allergisch ben voor onredelijkheid en wéét dat onredelijkheid voor een geheim en meedogenloos systeem kan zorgen, een systeem dat alleen te begrijpen is door degene die zich graag in onredelijkheid verschanst. Dat is het immers: verschanzen.

Ze wil het uitpraten, maar dat kan niet.

Waarom kan dat niet? Daarom niet.

Ze kaart het aan bij de leidinggevende onder wie ook de coördinator valt.

Die adviseert: 'Ga op een training Omgaan Met Agressie.'

Dat voorstel doet het gesprek geen goed. Het gesprek duurt ook niet lang.

Ze denkt: misschien moet ik hier weg, van deze afdeling. Daarom wil ze vervolgcursussen doen.

De coördinator moet daar toestemming voor geven, maar die geeft hij niet, want die cursussen zijn te zwaar voor haar, zegt hij.

Oordelen die je niet kunt ontzenuwen of bestrijden, horen ook bij het meedogenloze systeem van onredelijkheid.

Ze kan uitstekend met klanten overweg, maar toch wordt de situatie op haar afdeling onhoudbaar. Daarom vraagt ze overplaatsing aan, een verzoek dat wordt gehonoreerd. Voor- dat ze op de andere afdeling gewend is, wordt de coördinator van de vorige daar teammanager. Van wat hij managet, krijgt ze geen hoogte. Wel merkt ze dat hij haar het leven zuur wil maken. Wat ze nog niet kende van zichzelf, overkomt haar nu: ze wordt bang voor de woede die in haar groeit. Ze is zich bewust van de onredelijkheid die haar overspoelt, maar ze kan daar alleen maar woede tegenoverstellen. Ja, een gesprek kan natuurlijk ook, maar in een gesprek is hij sterker, omdat hij laat weten dat hij de baas is. Ze ziet in dat er niets anders op zit dan haar best te doen zo goed mogelijk te functioneren, maar haar angst voor haar eigen woede maakt haar iets te gevoelig en, weer: dat is niet handig, vooral omdat ze toch wil blijven zeggen wat ze op haar hart heeft.

Als de teammanager staat te bekvechten op de afdeling, vraagt ze of het stil kan zijn. Nee, dat vraagt ze niet. Ze zegt *ssst*.

Kort daarna krijgt ze een Officiële Waarschuwing.

Ze wil weer een gesprek met een leidinggevende onder wie de teammanager valt, de coördinator die al een tijdje teamleider heet. De leidinggevende zegt dat hij de teamleider al gesproken heeft en dat die gelijk heeft.

‘Gelijk?’

‘Hij heeft gelijk, ja.’

Als je een Officiële Waarschuwing hebt gekregen, word je iemand anders dan voor die Officiële Waarschuwing.

Kort daarna is ze niet vriendelijk genoeg tegen een klant. Ze had iets in orde gemaakt, maar de klant zei dat het niet in orde was. Hij diende Een Klacht in.

De bedrijfsarts vraagt of het misschien komt doordat ze niet zo’n prettige jeugd had.

De bedrijfsarts wil graag het oordeel van de coördinator, de teamleider dus, in het zijne betrekken.

Ze is al een tijdje thuis nu, achtervolgd door vier woorden: ‘U bent niet capabel.’

Ik denk: misschien moet iemand dat zeggen. Maar misschien niet zij, want ze heeft een harde stem.

Ze zegt dat er nog wel wat meer met haar aan de hand is. Dat verbaast me niets, maar ik vraag of ze op iets speciaals doelt.

Ze knikt: ‘Ik kan iets niet loslaten voordat het is opgelost.’

We lopen naar de deur en ze zegt dat ze natuurlijk niet weet wat er gebeurt als het is opgelost en of het dan ook een goede oplossing is.

Als ik weer in het daglicht boven het kleine plein voor haar huis sta, denk ik: een oplossing kan er alleen maar komen als het probleem duidelijk is. Het is misschien een simpele gedachte, maar wel een gedachte die niet past in het systeem van onredelijkheid.

Ook vraag ik me af waarom niemand haar helpt, waarom

dat niet gewoon gebeurt.

Bij het afscheid zei ze: 'Ik wil terug, ik ben strijdbaar.'

Daar gelooft ze in. Dit soort geloof hebben we nodig. Ik fiets weer een klein uur naar de pont. Ver weg over het water is haar werk, aan de andere kant van het water, aan de ándere andere kant van het water is zij, ook ver weg. Vergrauwd in een nachtmerrie. Ik gun haar minstens één dagdroom.