

OWL by myself

Een blogboek van Matteo Kooman

De opbrengst van dit boek gaat naar goede doelen in Zuidoost-Azië.

OWL by myself

Ook een blogboek van OWL

Matteo Kooman

OWL by myself

Aan de totstandkoming van dit boek is tijd, inspiratie en zorg besteed. Voor informatie die onvolledig of onjuist is opgenomen aanvaarden auteur en OWL geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen houden zij zich aanbevolen. Enthousiaste reacties zijn uiteraard ook meer dan welkom. Deze kunnen beiden verstuurd worden naar matteo@bureau-owl.nl.

Eerste druk – November 2018
Herziende druk – December 2018

Copyright © 2018 Matteo Kooman / OWL

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm, of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Schrijver - Matteo Kooman
Met dank aan – Nico Stoop
Omslagontwerp – Matteo Kooman
Drukwerk – Brave New Books

ISBN 9789402184358

OWL

www.bureau-owl.nl



Voorwoord OWL by myself

Leuk dat je mijn boek gaat lezen! En veel leesplezier!

OWL by myself is een blogboek van en over mij, Matteo Kooman.

Met korte verhalen neem ik je mee door mijn dagelijks leven. Een dagelijks leven met diverse petten op, zoals die van HR manager, ondernemer, vader, voetballiefhebber, theaterspeler, reiziger etc. De doelen van mijn verhalen zijn inspireren, kennis en ervaringen delen, mezelf kwetsbaar opstellen en mensen laten lachen. Sorry, je komt dus af en toe een woordgrap van me tegen.

In september 2015 schreef ik mijn eerste blog en dat smaakte direct naar meer. In dat jaar schreef ik uiteindelijk vier keer een blog. Deze plaatste ik op mijn website www.bureau-owl.nl en op mijn social media kanalen (LinkedIn en Twitter). In 2016 leek de spirit qua blog schrijven op een laag pitje te staan, want in dat jaar schreef ik slechts driemaal een blog. Het jaar 2017 was een ander verhaal, liefst 18 keer werd een blog online geplaatst. Een van die blogs heet 'Listig geëmmer' en die blog zorgde voor het idee om de blogs in een boekvorm uit te brengen, aangevuld met andere verhalen. In 2018 plaatste ik nog eens 10 nieuwe blogs online, waardoor de blogteller momenteel op 35 is gekomen. Naast de blogs online ben ik persoonlijke verhalen gaan schrijven, speciaal voor dit boek. In totaal kun je dus 60 hoofdstukken lezen. Spannend, want ik merk dat ik met schrijven meer het achterste van mijn tong durf te laten zien dan in gesprekken. Ondanks dat ik best een open persoonlijkheid denk te hebben. Schrijven heeft mijn leven in ieder geval verrijkt.

Per vijf hoofdstukken treft je als lezer drie blogs en twee aanvullende verhalen aan. Waarbij de laatste vijf hoofdstukken juist weer uit twee blogs en drie aanvullende verhalen bestaat. De blogs zijn chronologisch weergegeven. De persoonlijke verhalen zijn zonder logica kriskras geplaatst. Waarom? Geen idee, maar een combinatie van structuur, onlogica en creatief denken past wel bij mij. Bij ieder hoofdstuk staat in ieder geval de datum van schrijven vermeld. Op dat moment was dat verhaal dus mijn waarheid.

Bij het schrijven heb ik me voorgenomen om mijn hart te volgen, dus dat heb ik gedaan. Het is een mooi boek geworden waar ik trots op ben. Vanuit de reacties op blogs merk ik dat mensen de verhalen leuk of inspirerend vinden, daar ben ik blij mee. En uiteraard zal het ene verhaal meer tot de verbeelding spreken dan het andere. Dat de opbrengst naar een goed doel in Zuidoost-Azië gaat, zie hiervoor hoofdstuk 59 'Plastic Loempia's', maakt het helemaal bijzonder voor mij. Nico Stoop heeft alle 60 hoofdstukken voor me gelezen en geredigeerd. Zijn mooiste feedback was: "Je ziet door de tijd mooi de ontwikkeling van zowel de mens Matteo als de schrijver Matteo." Een mooi compliment.

Inhoudsopgave

| | |
|-------------------------------|-----------|
| Voorwoord OWL by myself | Pagina 5 |
| 1. Lieve Mama | pagina 8 |
| 2. Een ABCtje | pagina 11 |
| 3. De zin van de zin | pagina 14 |
| 4. Met het nu gepaard | pagina 17 |
| 5. Baard uit de keel | pagina 20 |
| 6. Zes | pagina 23 |
| 7. Als het aan mij lach | pagina 26 |
| 8. Afspraakgebrek | pagina 29 |
| 9. Waanzinnig | pagina 31 |
| 10. Beestachtig mooi | pagina 33 |
| 11. Gewoonte-ontrouw handelen | pagina 34 |
| 12. Vitesse | pagina 36 |
| 13. Oranje | pagina 40 |
| 14. Tijderblog | pagina 43 |
| 15. De Sri Lankooman | pagina 46 |
| 16. Doe mij een stoppertje | pagina 49 |
| 17. Dillenburgplein | pagina 52 |
| 18. Voor Arnhaar | Pagina 55 |
| 19. Heerlijk Helder | Pagina 57 |
| 20. Just a Perfect Day | pagina 61 |
| 21. Listig geëmmer | pagina 63 |
| 22. Wie van de drie? | Pagina 68 |
| 23. Het Daltarief | pagina 71 |
| 24. Vriendschappelijk | pagina 72 |
| 25. Ieder z'n vakantie | pagina 78 |
| 26. Ah, zie je? | Pagina 79 |
| 27. It's Oka(y) | pagina 81 |
| 28. De ballen verstand | pagina 84 |
| 29. Kiss my assessment | pagina 86 |
| 30. Zondagochtend droom | pagina 90 |

| | |
|--|------------|
| 31. Keziah | pagina 91 |
| 32. Kinderachtig | pagina 95 |
| 33. Een leiderschap vol mensen | pagina 97 |
| 34. Ik sta liever op..... | pagina 101 |
| 35. Rand(stad)zaken | pagina 102 |
| | |
| 36. Familieopstellingen | pagina 105 |
| 37. Een off day | pagina 112 |
| 38. (D)omdenken | Pagina 115 |
| 39. Zijn we een discrimi-natie? | Pagina 119 |
| 40. Niet Machine | Pagina 123 |
| | |
| 41. Selecteren | Pagina 126 |
| 42. Ik heb het hardop gezegd | Pagina 130 |
| 43. Knuffeltje er op? | Pagina 133 |
| 44. Freezelijk leuk!! | Pagina 135 |
| 45. Even mijn Enneagram halen | Pagina 139 |
| | |
| 46. De luister moeder | Pagina 145 |
| 47. Klaar voor de start? Afscheid | Pagina 148 |
| 48. Het is net-werken | Pagina 151 |
| 49. Wit | pagina 154 |
| 50. Kan die? | Pagina 155 |
| | |
| 51. Zeg, kan ik er lang op Mediteren als ik naar Yoga? | Pagina 163 |
| 52. Toch mooi dat ik nog net bij die Balkan | Pagina 167 |
| 53. Engeltjes | Pagina 172 |
| 54. Deventer | Pagina 173 |
| 55. Marcello | Pagina 179 |
| | |
| 56. Ik tel tot drie | Pagina 182 |
| 57. Zet die burn-out | Pagina 186 |
| 58. Noem het Poëzie | Pagina 189 |
| 59. Plastic Loempia's | Pagina 191 |
| 60. Dankbaar | Pagina 194 |

1. Lieve mama

8 augustus 2017

Hoe is het met je? Vandaag is het exact 7 jaar geleden dat je ons verlaten hebt. Een groot gemis, maar we blijven aan je denken. Van iedereen om me heen is vooral Joyce de persoon die het nog vaak over jou heeft. Mooi om te zien jij in de 2,5 jaar dat jullie elkaar gekend hebben zo'n indruk op haar hebt gemaakt.

Met ons gaat het goed hoor! Momenteel verblijven we met ons gezin in Indonesië. Vandaag zijn we in Gili Trawangan, een prachtig Bounty-eilandje vlak naast Lombok, gaan snorkelen. Het was werkelijk prachtig ma! Ik zwom meerdere keren tussen grote hoeveelheden vissen in allerlei kleuren en maten. Het koraal was ook adembenemend, maar het hoogtepunt waren toch wel de zeeschildpadden. Grote krachtige dieren hoor! Eentje zwom pal naast mij en AJ naar boven om lucht te happen. Fascinerend mooi!

Reizen

Dit is niet mijn eerste reis sinds je weg bent gegaan. Filipijnen, Maleisië, Engeland, Noorwegen, Kroatië, Sri Lanka, Ierland, Dominicaanse Republiek, Italië, België en Malta zijn bezocht de afgelopen 7 jaar. Het grootse verschil met de reizen daarvoor, is dat ik niet dagelijks een sms naar jou stuur. Hieraan terugdenkend vind ik het nog steeds opvallend. Uitgerekend jij was altijd zo erg bezorgd als ik op reis was, terwijl ik mijn reislust juist van jou heb overgenomen! Ik neem aan dat dit kwam door het busongeval van jouw moeder in Finland, dat ze niet overleefd heeft. Of zit bezorgdheid ook in ons bloed en wil ik over een aantal jaar ook iedere dag een berichtje van mijn kinderen als ze op reis zijn? Vond het overigens zelf nooit een probleem hoor, die berichtjes. Juist op vakanties hadden we zo eigenlijk het meeste contact. Bovendien voelde ik dat je oprecht geïnteresseerd was in de dingen die ik had beleefd en hoe het verder met me ging. Sterker nog, ik mis het mam! Wellicht dat ik daarom altijd even extra aan je denk als ik op reis ben.

Gezin

Met de kinderen en Joyce gaat het ook goed. Ben blij dat jij AJ hebt leren kennen en dat je onze bruiloft hebt meegemaakt. Dat je Roméo en Cherubin nooit hebt leren kennen vind ik meer dan spijtig. Eigenlijk mis ik je daarin nog het meest. Wanneer ze pa of de moeder van Joyce zien, zie je de vreugde in hun ogen! Weet zeker dat ze ook heel spontaan naar jou waren gerend en op ongekende manier je in de armen waren gevlogen. Erg jammer dat je dat niet mee kan maken. Voor jou, maar ook voor de kinderen, Joyce en mij.

OWL

Hey mam, op je begrafenis heb ik gezegd ooit OWL nieuw leven in te blazen. En ja hoor, 4 jaar geleden heb ik OWL weer ingeschreven in de KvK. Doe allemaal leuke dingen met OWL. Ik geef voorstellingen en leer mensen improvisatie theater spelen. Daarnaast leuk ik theorie op een creatieve manier op. En ik help mensen en organisaties op het gebied van HR. Zo coach ik mensen, doe werving en selectie en geef workshops. Met name wanneer ik naar een workshop rijd, vraag ik me af of je meekijkt. Na afloop beeld ik me in dat je nu erg trots op me bent. Dat voelt fijn!

Schrijven

Sinds een tijdje schrijf ik ook blogs. Die gaan over van alles en nog wat. Over zaken die me bezighouden, die ik tegenkom of wat ik grappig vind. Eigenlijk open ik mijn hart en zet dit op papier of liever gezegd online. Best kwetsbaar vaak, maar dit bevalt zeer goed! Het is eigenlijk een heerlijke uitlaatklep die soms zelfs voelt als therapie. Ik merk dat ik dit nodig heb! Want vaak gaat het goed met me, maar soms voel ik me ook down en ongehoord. Depressief vind ik te zwaar klinken, maar soms schuur ik er langs. Had er graag met je over gesproken, weet zeker dat jij mij hiermee had kunnen helpen. Want ik denk dat je het gevoel als geen ander kent... Afgelopen jaar heb ik een geweldige coaching mogen volgen bij Parre en Deden. Dit heeft mij goed geholpen. Een onderdeel waren de familieopstellingen. Hierover schrijf ik vast nog eens een blog. Bijzonder hoe veel genetisch bepaald is. Veel mensen begrijpen familieopstellingen niet zo goed wanneer ik erover begin en ik verwacht dat jij er ook kritisch over geweest zou zijn. Maar ik zou willen dat je het ervaren had. Het heeft mij inzicht gegeven, onder anderen over jouw situatie vroeger met je ouders en je zus. Daar zat veel strijd en veel is niet uitgesproken. Dat is jammer en was ook niet makkelijk voor jou, lieve mama.

In het boekje

Het schrijven van blogs vind ik dus erg leuk en over het algemeen krijg ik er veel leuke reacties op! Met name van pa, collega's, sommige vrienden en uiteraard Joyce. Daarom heb ik besloten om er een boekje van te gaan maken, aangevuld met allerlei verhalen die niet online gaan, zoals deze brief aan jou. En weetje wat? Ik begin dit boekje met dit bericht aan jou. Want zonder jou was ik nooit met OWL begonnen en zonder jou was ik niet de persoon die ik nu ben, zonder jou was ik zelfs niet geboren... en alleen daarom al is het nu lastig, zo zonder jou. Dus uit eerbetoon is hoofdstuk 1 voor jou geschreven. En zoals op jouw grafsteen staat, je blijft voor altijd in mijn hart. Ik mis je.

Liefs,
Matteo



Op de foto boven de grafsteen van mijn moeder met de tekst voor altijd in ons hart.

Op de foto beneden mijn ouders. Deze foto is gemaakt op 9 mei 2010, de laatste Moederdag samen.



2. Een ABC'tje

19 september 2017

Het leven zou een abc'tje moeten zijn, makkelijk en overzichtelijk. Maar zoals we allemaal weten, niets is minder waar. Dat zul je in dit boekje ook merken. Op een trouwdag komen soms ook van die abc'tjes voorbij. Net zoals de meeste mensen vind ik die stukjes verschrikkelijk. Tergend langzaam en weinig originaliteit. Ik heb zelf weleens een abc'tje gedaan als stukje, maar dat was juist gedaan ter hilariteit en er werden originele termen gebruikt, al zeg ik het zelf. Ondanks dat een abc'tje gekwalificeerd staat als suf, ga ik mijzelf toch even voorstellen middels zo'n abc'tje. Er zijn mensen die dit boek lezen en mij niet (goed) kennen. Op deze manier geef ik een kort inkijkje in mijn leven/persoonlijkheid. Wellicht dat bepaalde onderdelen in het boek hierdoor ook beter begrepen worden. Zie het maar als een soort abc'tje zodat het lezen van dit boek een abc'tje wordt.

Aardbol

Op ons huwelijksfeest was het thema "two worlds one love". Na afloop gaven wij iedereen een aardbol mee. Sinds die dag zijn we ook dol op afbeeldingen van de aardbol/wereldkaart.

Balsport

Ben altijd al gek op voetbal geweest, veel gespeeld ook. Tegenwoordig squash ik. Sport heeft altijd mijn interesse, vooral de balsporten. Zo kijk ik bijvoorbeeld liever naar tennis dan naar wielrennen.

Chessplay

Ben, naast sport, sowieso dol op spelletjes. Schaken is een mooi en intelligent spel. Het staat echter vooral in deze lijst, omdat ik schaakborden spaar. In ieder land waar ik kom, probeer ik een bord te kopen met specifieke schaakstukken.

Deventer

De stad waar ik mijn studietijd heb genoten. Een geweldig mooie periode waar ik graag op terug kijk! Heeft een paar mooie vriendschappen opgeleverd.

Ernem

Ik ben een jongen uit Ernem! De stad waar ik woon, al goed geleefd heb en erg trots op ben. Uiteraard fan van de geelzwarte trots, Vitesse!

Filipijnen

De roots van mijn gezin! We zijn samen voor 60% Filipino.

Groepsuitjes

Op zich sta ik wel bekend als iemand die goed groepsuitjes kan organiseren. Daarnaast kan ik er ook erg van genieten om puur onderdeel te zijn van zo'n uitje.

HR

Hiervoor heb ik geleerd en inmiddels dusdanig veel ervaring dat ik mezelf wel een HR-specialist durf te noemen.

IMPact

In 2012 was ik medeoprichter van deze theatergroep. We hebben tien verschillende voorstellingen ontwikkeld. Één kindervoorstelling en negen improvisatieshows! Als voorzitter en organisator van zes shows was ik veel bezig met IMPact. In 2017 werd het tijd voor iets anders.

Jesusa

Mijn vrouw! We noemen haar Joyce, maar in haar paspoort staat Jesusa.

Kioko

De 2^e naam van mijn lieve dochter Cherubin Kioko Belineke Kooman. Kioko betekent "vul de wereld met blijdschap".

Lijstjes

Ik houd allerlei lijstjes of overzichten voor mezelf bij. Hoe vaak ik sport, welke landen ik heb bezocht en nog wil bezoeken, wat mijn hoogtepunten waren gedurende een kalenderjaar, welke voorstellingen ik heb gespeeld, een bucketlist en ga zo maar door...

Muziek

In de auto naar muziek luisteren is genieten! Wat dat betreft is alleen rijden geen straf. Qua muzieksmaak ben ik erg makkelijk! Muziek uit de 90's vind ik top, maar Nederlandstalig ook. Luister graag naar reggae en Latin, maar kan ook prima rock luisteren. Ik maak voor mezelf muziekalbums genaamd De Matti. Vandaag de dag zijn dat 30 albums met ieder 20 songs.

Netflix

Films en series kijken is een heerlijke ontspanning. Joyce en ik doen dit graag samen, bij voorkeur op zondagochtend in bed. De mooiste series: Game of Thrones, Prison Break, Black Sails, Breaking Bad, Lillyhammer, Sense8, Dexter, Grimm, Vikings en natuurlijk Friends.

OWL

In 2013 OWL nieuw leven in geblazen! Nooit gedacht dat het me zoveel zou brengen. Zie voor meer informatie www.bureau-owl.nl

Posttheater

Favoriete theaterlocatie in Arnhem. Echt heel veel diverse soorten optredens daar mogen zien. Het blijft een wens om er zelf ooit te kunnen spelen!

Quotes

Een goede quote is geweldig! Johan Cruijff is hierin mijn favoriet. Onder een opdrachtbevestiging vanuit OWL sluit ik altijd af met een leuke quote, bijvoorbeeld "Vergeet niet zo nu en dan te glimlachen. In jezelf, om jezelf en met jezelf".

Ramos

Mijn oudste zoon heet AJ Ramos. Hij heeft dus een andere biologische vader. Die is alleen altijd uit beeld geweest. Vanaf zijn 4^e ziet hij mij als zijn vader en ik hem als mijn mooie zoon.

Systemisch werk

Geleerd bij Parre en Deden. Familieopstellingen of bedrijfsopstellingen zijn zeldzaam interessant en ik heb er persoonlijk heel veel van geleerd. Af en toe word ik ook ingezet als representant tijdens een opstelling in opdracht van Parre en Deden.

Theater

Theaterspelen is eigenlijk het leukste wat er is. Of het nou cabaret, improvisatietheater of een kindervoorstelling is, ik vind het geweldig om te doen. Mensen vermaken, laten lachen een leuke dag bezorgen, geweldig! Bij voorkeur in een volle zaal met veel energie!

Uilen

Vanwege de naam OWL spaarde mij moeder uilen en kocht ik met regelmaat een uiltje voor haar tijdens een vakantie. Een deel van de verzameling heb ik overgenomen en inmiddels aangevuld sinds ik zelf OWL als bedrijf heb.

Vriendschap

Ik ben altijd meer gericht geweest op vriendschap dan op familie. Met een eigen gezin is dat wel iets veranderd, maar vriendschap blijft een geworteld fenomeen bij mij. Ben nog steeds dol op de vrienden uit mijn voetbaljeugd, uit de studietijd en een aantal die ik in de loop der jaren heb leren kennen. Echte vrienden gaan nooit uit je hart.

Woordgrapjes

Mijn favoriete humoruiting. Droge woordspelinggrapjes (of zinspelingen) tijdens een vergadering maakt een werkdag een stuk leuker! Op het theater maak ik ze ook graag en je komt ze tegen in dit boek. Een geinig taaldingetje, liefst niet te standaard, soms wel te flauw.

XxX

Dit was mijn standaard afsluiting in de tijd dat sms nog hot was. Als vrijgezel genoot ik met volle teugen van het daten, wellicht wel dankzij de XxX afsluiting.

Yeshua

De 3^e naam van mijn dappere zoon Roméo Filippe Yeshua Kooman. Yeshua is een verwijzing naar Jesusa.

Zomervakantie

Reizen vind ik geweldig! Het liefste maak ik jaarlijks een paar mooie reizen. Sinds we een gezin hebben zijn we voor de langere reizen verbonden aan de zomervakantie. Mede daarom is deze periode voor mij de mooiste van het jaar.

3. De zin van de zin

9 september 2015 (eerste blog)

Wanneer we het over communicatie hebben, is men het erover eens dat non verbale communicatie het belangrijkste onderdeel van communicatie is. Er zijn verschillende ideeën over de percentageverdeling, maar laten we zeggen dat communicatie voor 60% uit lichaamstaal bestaat, 30% uit de stemklank en slechts 10% uit woorden. Dit wetende stel ik mezelf graag de vraag: "Wat is dan de zin van de zin?"

Het blijft iets fascinerend, want over het algemeen zijn we druk bezig met het zoeken naar (de juiste) woorden. We proberen daarmee indruk te maken, ons niveau te laten zien (of gelden) of gebruiken het simpelweg om er grappig mee te zijn. Zo gebruikt de een heel veel woorden, de andere moeilijke woorden en weer een ander reageert op de woorden van de ander. Zelf ben ik een fan van de woordgrap, dus ik schaar me onder de mensen die grappig zijn met woorden. Als liefhebber van het spelen van improvisatietheater en cabaret vast een goed teken. Bij die tak van sport is de gevatheid van woorden belangrijk, maar ook daar geldt dat juist stemklank en vooral lichaamstaal echt zorgen dat de grap aanslaat of niet.

Lichaamstaal

Lichaamstaal is soms erg duidelijk. Iemand met de armen strak over elkaar straalt uit gesloten te zijn en creëert afstand. Daarnaast bestaat er lichaamstaal wat onbewust opvalt. Wanneer je van een afstandje kijkt naar een gesprek zie je meestal wel wie het meest dominante, zeg maar extraverte, type is en wie meer het introverte type is tijdens een gesprek. Op een of andere manier lijkt het zo dat het extraverte type de leiding heeft, beter in zijn vel zit of het krachtigst is, maar dat is een veel gemaakte vergissing. De introverte persoon wordt vaak onderschat. Terwijl het extraverte type als "gespreksleider" heel hard aan het werk is, is de introverte luisteraar krachtig aan het analyseren en nadenken en vormt deze zo een mening vanuit een passief ogende houding.

Naast het verschil tussen extravert en introvert, heb je ook nog eens het verschil tussen hoge status en lage status. Dit statusverschil doet iets met de mens. Ga maar eens bij jezelf na, wanneer je oog in oog staat met onze minister-president voer je waarschijnlijk op een hele andere manier een gesprek dan wanneer je dit doet met een nieuw vriendje of vriendinnetje van je zoon of dochter. Niet dat de ene mens nou beter is dan de ander, maar je houding (en dus lichaamstaal) is snel anders wanneer jij de zogenaamde hoge of juist lage status hebt tijdens een gesprek.

Bij de training over het sollicitatiegesprek oefen ik altijd met deze hoge en lage status. Deze status kan namelijk prima wisselen gedurende een gesprek. Grappig genoeg vindt men tijdens deze training vaak de hoge status veel ongemakkelijker dan de lage status.

Ook hier geldt dat er soms hard gewerkt moet worden door de persoon met de hoge status. Dit komt voornamelijk vanuit het verwachtingspatroon van zowel de ander als vanuit jezelf, wat ook nog eens demonstratief wordt ondersteund door die inmiddels bekende lichaamstaal.

Nu ben ik ervan overtuigd dat extravert versus introvert of hoge status versus lage status niet het belangrijkste aspect is voor het slagen van een goed gesprek. Het goede gesprek volgt vanuit een wederzijds prettig gevoel. Het is niet echt te beschrijven, maar bij de ene persoon voer je met alle gemak een leuk gesprek en bij de ander loopt dit veel moeilijker. Dit laatste is niet voor iedereen herkenbaar, want sommige mensen denken altijd een goed gesprek te hebben, maar zien niet dat de gesprekspartner dat anders kan voelen. Zelf heb ik soms hele diepgaande of juist gemakkelijke gesprekken met mensen die ik amper ken, terwijl ik soms in gesprekken met mensen die ik al lang ken merk dat het veel moeilijker verloopt. Als ik goed oplet voel ik mijn stem bij de minder goed lopende gesprekken hoger in mijn keel zitten en nog belangrijker: Ik luister minder aandachtig. Wellicht dat dit laatste komt vanuit een behoefte om het gesprek zo kort mogelijk te houden? Deze wetenschap zorgt er in ieder geval voor dat ik juist extra geniet van leuke, goede en spontane gesprekken.

De zin van de zin

Het gesprek draait dus vaak om een wederzijds prettig gevoel, terugkomend op mijn vraag "Wat is de zin van de zin"?

Soms vraag ik me oprecht af wat we nou eigenlijk nog moeten met al die woorden en zinnen? Het antwoord is eigenlijk simpel.

We moeten ze vooral gebruiken om de onbewuste waarneming bewust te maken. Oké, dit klinkt misschien niet zo simpel als bedoeld... Wat ik hiermee bedoel is dat zinnen je kunnen helpen met het waarnemen van je gevoel tijdens het gesprek. Ga je bijvoorbeeld helemaal op in de inhoud van het gesprek, dan heb je al snel te maken met een gesprekspartner waarmee een klik is. Merk je dat jij of je gesprekspartner hard aan het werk is door bijvoorbeeld veel te praten, waarbij de helft niet eens aankomt? Dan kun je je afvragen of je een prettig gesprek op basis van gelijkwaardigheid aan het voeren bent. Indien je dit merkt heb je overigens wel een keuze, namelijk:

- Ik ga me focussen op het gesprek en kies ervoor om op bepaalde mate deel te nemen aan het gesprek. Kortom, ik gebruik mijn invloed om er iets uit te halen. Hierdoor kan het gevoel tijdens het gesprek buigen naar prettig.
- Ik laat dit gesprek aan me voorbij gaan en ga er niet op halve kracht mijn energie aan besteden. Het beste is om dit uit te spreken, dan wel het gesprek te beëindigen. Dit laatste is uiteraard makkelijk gezegd dan gedaan.

De zin van de zin is voor mij voornamelijk luisteren wat er nou daadwerkelijk bedoeld wordt en kijken of dit past bij het gevoel wat ik heb tijdens het gesprek. Zo zijn er voor mij wat voorbeelden waarbij mensen iets zeggen, maar vaak wat anders bedoelen.

Kijk maar eens naar de volgende voorbeelden:

"Het maakt mij niet uit, maar..." Betekent meestal "ik vind het best vervelend"

"Dit hebben we bewust zo gedaan" is al snel een toevoeging om het ter plekke bedachte antwoord te voorzien van een laagje serieusheid, dan wel laten overkomen als een weloverwogen besluit.

Met *"Met alle respect"* wordt in de meeste gevallen bedoeld... ik vind het maar niks. Dus vaak juist het tegenovergestelde van met alle respect".

"Om eerlijk te zijn" of *"Als ik heel eerlijk ben"* wordt gebruikt om aan te geven dat je hetgeen je gaat zeggen echt meent. Maar in feite slaat het nergens op. Ben je bij alle andere zinnen dan niet eerlijk geweest? Het maakt het verhaal letterlijk dubieus.

"Ik ben het met je eens, alleen..." leidt eigenlijk in dat je het niet met de ander eens bent of hooguit een klein beetje.

Dit zijn zo maar wat voorbeelden die mij opvallen. Wanneer ik dit soort zinnen hoor, gaat er een alarmbel af. Ik kijk direct of ik een ergernis voel, een glimlach krijg of dat ik verder wil genieten van het gesprek. Kortom de zin van de zin is voor mij voornamelijk het signaal of de chemie goed zit of dat er juist werk aan de winkel is.

Kort samengevat: De zin van de zin heeft zin, maar hecht er ook weer niet al te veel waarde aan. Men zegt niet voor niets een foto zegt meer dan 100 woorden, toch?

4. Met het nu gepaard

23 september 2015 (blog)

“Wat voel je nu precies bij de reactie van dit paard op jou?”

“Nou, ik vind het wel leuk dat het paard bij me komt snuffelen.”

“Kom op Matteo, je draait alweer om de vraag heen, tuurlijk is het leuk maar dat was de vraag niet! Ik vroeg wat jij nu voelt, nu op dit moment?”

“Ehm... ik voel eigenlijk niets of weet niet goed wat ik voel”, antwoordde ik enigszins beschaamd. Ik realiseer me mijn oppervlakkige antwoord en merk tevens dat ik er niet uit kom en volledig blokkeer. Het is donderdagochtend 10 september 2015 en ik zit midden in een paardensessie van Management by Horses, aangeboden door Roger Rutten.

Deze zonnige dag werd ik ontvangen op een landgoed tussen Renkum en Ede in. Ik kreeg een paardencoach sessie! Ik wist niet precies wat ik kon verwachten, maar was erg benieuwd wat er ging komen en of ik daadwerkelijk iets over mezelf kon leren door met paarden te werken. Roger en zijn hond stonden me al op te wachten aan de rand van een groot weiland met een stuk of 14 paarden. Aan de rand van dat weiland hadden we een leuk gesprek over allerlei zaken en langzamerhand begon Roger te vertellen over de paarden. Hij wees zijn eigen paard aan, en die van zijn vrouw aan. Hij legde uit dat het ene paard meer bezig is met draven en het andere echt geniet van het coachen. Hij wees een paard aan dat achteraan stond. “Dat bruine paard daar bijvoorbeeld, doet vrijwel nooit mee en dat witte paard daar is echt gespecialiseerd in dit werk en kun je een beetje zien als de moeder van de groep”, zei Roger. Ik keek naar dat bruine paardje verderop en kreeg meteen het gevoel dat is mijn paard.

Kudde gedrag

Roger legde mij de dynamiek van een kudde paarden uit. Paarden reageren op elkaar binnen de kudde, ze voelen haarfijn aan hoe de verhoudingen binnen de kudde liggen en ook wat de gemoedstoestand van ieder individueel paard is. Wanneer een tijger in de buurt van deze kudde zou lopen, dan schrikt het eerste paard en loopt het terug. Vrijwel tegelijkertijd beweegt ook het achterste paard, waardoor de kudde zich in zijn geheel verplaatst. “Wist je dat de paarden, ook die achteraan staan, ons inmiddels al lang en breed gescand hebben? En wist je dat wij nu zijn opgenomen als onderdeel van de kudde?”, vertelde Roger enthousiast.

Inmiddels waren vrij onopgemerkt meerdere paarden ons aan de rand van het weiland benaderd. De een stond rustig te grazen, de ander keek ons vol verwachting aan en hey, daar stond ook mijn bruine paardje bij! De paarden voelen aan dat wij een leuk gesprek hebben en zijn op hun gemak werd mij uitgelegd.

We besloten het weiland in te gaan, nu waren we echt onder de paardenkudde. We liepen naar een open plek waar we ons gesprek vervolgde, een gesprek over mij. Nog voordat we daaraan konden beginnen kwam er een mooi wit paard bij ons staan. "Hey dat is bijzonder", zei Roger.

"Dit paard zit pas anderhalve week bij de kudde en keek tot nu meer van een afstandje toe. Hij voelt zich zichtbaar op zijn gemak. Voelen mensen zich over het algemeen ook op hun gemak bij jou?" "Ja, ik denk het wel", mompelde ik. Volgens mij ben ik wel toegankelijk, ik help graag mensen.

Nu wordt het persoonlijk

"Waar wil je het precies over hebben vandaag?" Werd me gevraagd. Tja...we kunnen het hebben over wat ik uiteindelijk met mijn werk wil, maar misschien is het handiger als we het over mij als persoon hebben. Dat is toch de basis om antwoord te kunnen geven op de werkgerelateerde vraag. Inmiddels was het witte paard volledig tussen ons in gaan staan en op het moment dat Roger naar mij toe liep werd hij weggeduwd door het paard. We naderen mijn persoonlijkheid en direct stond er, weliswaar in de vorm van een paard, een soort van muur tussen ons in. En om eerlijk te zijn voelde dat best prettig, sterker nog toen het paard zijn heil ergens anders zocht, voelde dat koud en te openlijk. Het gesprek was inmiddels behoorlijk gedraaid, het ging volledig over mijn gevoel. Ik merkte dat ik daar keer op keer niet uit kwam.

Ik geniet wanneer ik anderen kan helpen of aan het lachen maak en, ja, ik kan competitief zijn. "Jij richt je dus erg veel op de ander" werd me duidelijk gemaakt. "Ja, dat klopt en nu het over mijzelf gaat, vind ik dat maar lastig." "Ik merk het aan je", zei Roger, "je praat op een hele andere toon dan aan het begin van het gesprek en bent gereserveerder." Ik moest hem gelijk geven. Aan de ene kant confronterend, maar aan de andere kant wil ik graag stappen maken en mijn eigen muurtje ook doorbreken. Misschien wel voornamelijk naar mezelf toe...

Voelen en waarnemen in "het nu"... een herkenbaar item. In 2012 heb ik een 6-daagse training over systemisch werken gevolgd. Daar werd me ook al duidelijk dat ik vooral bezig ben met de toekomst en niet stil sta bij het nu. Door die training heb ik duidelijk stappen gemaakt. Daar waar ik vroeger bij succes of mooie momenten dacht: wat is het volgende?, sta ik nu veel meer stil bij de mooie dingen in het leven. Sterker nog, dat is de reden dat ik naast een twitteraccount van OWL (@BureauOWL) ook een privé account (@MatteoK14) op Twitter heb. Dat is een soort (openbaar) dagboek voor me geworden. Iedere maand lees ik mijn laatste Tweets door en benoem ik de hoogtepunten van de afgelopen maand. Het klinkt misschien gek, maar sinds ik dat doe, beleef ik het leven echt intenser! En geniet ik van de mooie dingen door er bij stil te staan en er op terug te kijken.

Geleerd van de paarden

De vervolgstap werd in deze sessie duidelijk: Naast stilstaan ook echt voelen in het nu. Inmiddels stond het andere witte paard achter me, het was de mama van de groep... "We zitten op het juiste spoor", zei Roger, "Je hebt de antwoorden namelijk wel, maar je moet de juiste vraag erbij stellen."

We liepen verder en lieten het beeld, de omgeving op ons inwerken. En wie kwam daar aangelopen? Jawel... mijn bruine paardje! "Huh?? Dat doet ze echt nooit", hoorde ik naast me zeggen. Ik knuffelde even met het paard en ze liep verder. Maar even later kwam ze weer langs! "Dit is echt bijzonder hoor". Er werd me weer iets duidelijk, dit paard kan laten verbazen en dat is nou juist wat ik vaak terug krijg. In eerste instantie weet men niet precies wat ze aan me hebben, maar vervolgens verras ik ze met mijn ingevingen, werk of acties.

Op het eind van de sessie besloot ik om zelf naar het bewuste bruine paard toe te lopen. Ik aaide het en zag dat ze het prettig vond. Een ander paard kwam erbij en vroeg ook om aandacht. Voor mijn paard een signaal om weer verder te gaan. Ik keek haar na, had even een gevoel van teleurstelling maar bedacht me vrijwel direct dat zij gewoon kiest wat voor haar goed voelt. Ik keek haar trots na en zag meteen het verschil tussen dit paard en mij en wat mijn leerdoel is.

Ik keek rond en nam het moment in me op, ik voelde de zon op mijn wang schijnen, hoorde de wind door de bomen waaien en zag dat de paarden rustig om mee heen stonden.

Een volmaakt moment, met voor mij veel inzichten.



Foto gemaakt tijdens de Paardensessie.

5. Baard uit de keel

5 oktober 2015 (blog)

Dat ik een behoorlijke mannelijke baardgroei heb vind ik wel leuk. En zeg nou zelf, zo'n vrouwenkin met wat slappe haren ziet er nou ook niet echt uit. Het nadeel van baardgroei heet "scheren". Een beetje vergelijkbaar met tanken. Het is dat het moet, maar als ik het kan uitstellen dan doe ik dat maar wat graag. Nee, scheren is niet bepaald mijn grote hobby.

Tijdens de afgelopen zomervakantie liet ik de stoppels dan ook lekker staan / doorgroeien tot het moment dat het kriebelen van de haartjes het verlangen naar het scheermes opwekte. Dit tegenstrijdige gevoel zorgde ervoor dat ik me na 1 week overgaf aan het scheermes.

De tweede week verliep hetzelfde, maar omdat we aan het eind van die week ons moesten verplaatsen van Zuid-Engeland naar Oost-Engeland en vervolgens naar Frankrijk werd het scheren uitgesteld en de nieuwsgierigheid hoe een echte baard mij nou zou staan aangewakkerd. Het baardexperiment was geboren...

De baard

We zijn inmiddels 2½ maand verder en twee dingen zijn me duidelijk:

- Wat een gedoe om zo'n baard bij te houden
- Wat roept een baard veel reacties op mij anderen

Met name het tweede punt is bizar. Ik stap met mijn experiment wat uit mijn comfortzone, maar dat het zo'n invloed heeft op de comfortzone van de ander had ik niet verwacht. Iedereen vindt er ook echt iets van op het moment dat ze me voor het eerst zien met baard. Sterker nog, ook ik zelf moet nog regelmatig even goed kijken wanneer ik mezelf in een spiegel zie. De reacties zijn erg divers, hierbij een opsomming:

- *Wow, wat gaaf zeg!*
- *Ben je bekeerd?*
- *Je lijkt wel op een Scandinaviër*
- *Je ziet er ouder uit*
- *Probeer je een hipster te zijn?*
- *Het ziet er nog ruig uit ook!*
- *Zo, dat moet mijn man niet doen, maar bij jou is het wel OK*
- *Ga je vechten voor de IS?*
- *Je lijkt op Theo Janssen.*
- *Je lijkt op Guram Kashia.*
- *Neeee, doe normaal scheer af dat ding!*