



Ssssst..... Inspiratie in stilte

Ook in dit nummer van TvOO hebben we lees- en kijktips gevraagd aan de deskundigen die met een artikel of interview aan het nummer hebben meegewerkt.

De vraag: welke bron heeft jou geïnspireerd als het gaat om 'stilte' en 'leren'?

Het resultaat: een inspirerend lijstje bronnen dat we graag met je delen. Het zijn heel persoonlijke keuzes, vaak verrassend en vanuit verschillende invalshoeken.

Lees, kijk en laat je inspireren! Ben je op zoek naar recensies van nieuw verschenen boeken in de breedte van ons vak? Die vind je in de digitale Nieuwsbrief van TvOO.

Wouter Reynaert laat zich raken door wat op zijn pad komt

Een artikel schrijven binnen het thema 'stilte' is voor mij op zich inspirerend geweest. Alsof opeens het muntje valt: de stilte en mijn pensioen. In die stilte kreeg ik ruimte om een bepaalde gefixeerde rol en houding kwijt te raken en mijn masker af te leggen. Inspiratiebronnen waren mijn vrouw Marjan en enkele goede vrienden. Het publiceren van het artikel is het doorbreken van die stilte.

Naast het echt toelaten van mensen die zien wie je bent, heb ik me laten meedrijven op de dingen die op mijn pad kwamen: een andere manier om zelf 'stil' te zijn en het lot haar werk te laten doen. Zo kon ik geboeid kijken naar 'Zomergasten' van de VPRO, Nina Simone die 'Stars' zingt, de film 'The man with the iron mask' en het boek 'Blauw water'. Ik werd er door geraakt, ontroerd. Het heeft zonder dat ik het precies kan aangeven mijn artikel verrijkt.

Wouters artikel 'De oorverdovende stilte van het pensioen' vind je op pagina 20.



Judith de Bruijn laat zich inspireren door Olivia Fox Cabane

Ik heb geen boek op mijn vakgebied dat over de kracht van Stilte gaat. Dat zou wat worden, een boek over presenteren met als thema Stilte :) Ik ben wel erg enthousiast over het boek 'The Charisma myth' van Olivia Fox Cabane.

Mijn favoriete presentatieboek leert je hoe je zonder woorden een enorme impact kunt hebben. Olivia Fox Cabane onderzocht charismatische mensen en kwam tot de conclusie dat je charisma kunt leren. De drie sleutelfactoren zijn 'presence, power & warmth'. Presence is het met je volle aandacht aanwezig zijn in het moment en bij de ander. Een schaars goed in deze hectische wereld. Power is een krachtige uitstraling die de ander vertrouwen in jouw leiding geeft. En met warmth laat je de ander voelen dat je het beste met hem voor hebt. Het lijkt simpel, maar zelfveroordeling, onzekerheid en stress laten onze presence, power en warmth vaak als sneeuw voor de zon verdwijnen. Olivia leert je hoe je ze terug verovert. Makkelijk is het niet, maar geloof me, met charisma krijg je zonder woorden, veel meer voor elkaar. In het Nederlands is het boek verkrijgbaar onder de titel 'Het geheim van charisma'.

Judith schreef de column: te lezen op pagina 82.

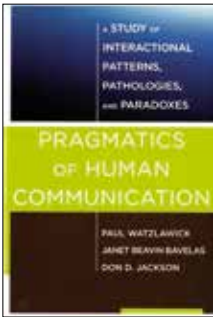


Janneke Schenning is geïnspireerd door Nancy Kline

Verbeteren van de kwaliteit van denken

Het is al weer een aantal jaren geleden dat ik op de grootste talent development conferentie in de wereld, de ATD, Association for Talent Development, een heel bijzondere keynote zag spreken. Haar contact met de zaal was zo sterk en zo wederkerig, heel indrukwekkend. De spreekster was Nancy Kline, auteur van de bestseller 'Time to think. Listening to ignite the human mind'. Ofwel hoe effectief luisteren de kracht van onafhankelijk denken aanboort in organisaties, management en teams. Een van de uitgangspunten is dat wanneer je elkaar als gelijkwaardige denkers ziet, iedereen slimmer uit de hoek komt. Zelfs in hiërarchische relaties kunnen mensen gelijkwaardig zijn in denken. Daarnaast is effectief luisteren essentieel. Lang, goed en zonder te onderbreken luisteren stimuleert onafhankelijk denken. Nancy Kline leert ons, door middel van tal van praktijkvoorbeelden uit verschillende settings, hoe je een goed denkklimaat stimuleert. Er zijn meerdere boeken van haar hand verschenen. Neem eens een kijkje bij haar *Time to think instituut*: www.timetothink.com

Janneke beschreef de trainerstoel. Je vindt haar bijdrage op pagina 17.



Hans Vermaak kiest voor John Cage en Watzlawick

Ik kon moeilijk kiezen, dus heb een dubbele tip gedaan: een video en een boek.

De eerste tip betreft een compositie van John Cage, getiteld 4'33": een muziekstuk bestaand uit drie delen – elk bestaande uit stilte en tezamen dik vier minuten lang. Je kan het makkelijk vinden op YouTube of Vimeo vertolkt in allerlei samenstellingen, het meest indrukwekkend als het een volle orkestbezetting is: vimeo.com/3176013. Onderga het maar eens, liefst in een concertgebouw. De stilte is oorverdovend.

Het is interessant na te gaan waardoor. Een deel is in ieder geval toe te schrijven aan contrast: met alle geluiden ervoor en erna, met wat je verwacht in de setting, met de intensiteit van de ervaring. Niet elke vier minuten stilte heeft namelijk zo'n impact. Dat raakt waarom we in het artikel minder betekenis aan stilte toekennen, dan aan het contrast wanneer stilte afgedwongen of doorbroken wordt.

Als het meer gaat over vakmatige noties, dan inspireert me altijd Watzlawick's publicaties over communicatie, zoals *'Pragmatics of human communication'* (1967) dat hij schreef samen met Bavelas en Jackson: mijn tweede tip. Alleen al zijn adagium dat je niet niet kan communiceren, maakt stilte tot een interventie. En hij wist als geen ander hoe belangrijk het is bij hulprelaties om te vertragen op het ongezegde. Pas als de twijfel en onzekerheid nadrukkelijk een plek krijgt in de gesprekken, wordt hulp mogelijk. Tot die tijd dralen cliënten om erin te stappen. Bovendien zit in het ongezegde vaak ook belangrijke informatie om complexe vraagstukken te begrijpen en hanteren. Het ongezegde is daarmee zowel relationeel als inhoudelijk een goudmijn.

Het interview met Hans Vermaak en Mark van Twist: 'De kunst van het verstillen', vind je op pagina 28.



Jitske Kramer kiest voor The Silent Language

The Silent Language, Edward T Hall

Antropoloog Edward Hall analyseert in dit boek de vele manieren van non-verbale communicatie en hoe ruimte en tijd in verschillende culturen boodschappen en informatie geven. Goed te beseffen dat de meest belangrijke dingen niet gezegd worden... die hangen in de stilte tussen mensen.

Jitske beschrijft samen met Daniëlle in dit themanummer hoe stilte kan bijdragen aan een geslaagde meeting. Je vindt het artikel op pagina 13.

Marijke van Dusseldorp werd geïnspireerd door Rinke Visser

'Tussentijd', zo heette een lezing die Rinke Visser (Instituut voor Biografie en 3Consult bv) gaf in 2001. In 2009 kreeg ik de aantekeningen van deze lezing van mijn loopbaancoach.

Tussentijd is *"een periode waarin een stukje van ons mensbeeld/ wereldbeeld teloor gaat, zonder dat er vervanging is."* Het merendeel van onze levenskennis doen we op in deze periodes van stilte, van niet-weten. *"Het is de Stille Zaterdag, tussen Goede Vrijdag en Pasen. De Stille Zaterdag is nodig om Pasen werkelijk op waarde te schatten."* Toen ik thuis zat met een burn-out en zonder werk hielpen Vissers woorden mij me over te geven en de Stille Zaterdag te verduren, al duurde die veel langer dan één dag en vond menigeen om mij heen dat het lang genoeg 'stil' was geweest. Als onze ontwikkeling vooral in de tussentijd plaatsvindt, dan is het dus van groot belang dat we het niet-weten kunnen verduren, persoonlijk maar ook als organisatie. Het refereert aan de fase van niet-weten in Systemisch transitie management (Thiecke & van der Zeeuw), en aan de neutrale fase (het psychische niemandsland) in de transitiefasen van Brigdes. Wat doe je dan in die stilte? Visser geeft ook hier houvast, met als vergelijking de vogel die zijn nest kwijt is. *"Het advies dat de I Ching geeft is: meegaan met de wind, niet hoogvliegen. De vogel krijgt de raad te doen wat ie eigenlijk van nature ook zou doen. Niets te forceren. Zijn eigen natuur te volgen."*

Voor geïnteresseerden is de tekst op te vragen bij 3Consult: www.3consult.nl/nl/wat.

Marijke schreef het artikel 'Stilte werkt'. Je vindt het op pagina 34 van dit nummer.



Daniëlle Schreurs kiest Rust van Robert Bridgeman

Volgens Robert Bridgeman ontvang je binnen een week evenveel informatie als honderd jaar geleden in een heel leven. En continu iets aan je hoofd hebben is nadelig voor je levenskwaliteit. In zijn boek 'Rust' reikt Robert technieken aan om meer rust te kunnen ervaren. Zo laat hij zien hoe beweging, ademhaling, meditatie en technologie kunnen bijdragen aan een meer ontspannen, intenser en bewuster leven. Het fijne is dat hij dit op een niet-zweverige manier doet. Zo legt hij onder andere de werking van je hersenen en zenuwstelsel uit en onderbouwt hij zijn adviezen met wetenschappelijk onderzoek. Heb je geen rust om het boek te lezen? Ook zijn trainingen kan ik je van harte aanbevelen.

www.rusthetboek.nl

Het artikel van Daniëlle 'Stilte als arbeidsvoorwaarde' vind je op pagina 40.