

Pauline Seebregts:
'Ik wil verhalen vertellen
die raken en in contact
brengen met het grote verhaal'



Verhalen verbinden

In de verhalen die we onszelf en elkaar vertellen ligt een sleutel die bijdraagt aan ons persoonlijk en zakelijk welbevinden. Dat is het eerste statement op de website van verhalenverteller Pauline Seebregts.

Margot C. Berends

“Laatst gaf ik een verteltraining in een bedrijf dat met moeilijkheden kampte. Het team waarmee ik zou werken had die ochtend overleg gehad met elkaar. Het zaaltje rook naar zweet, de sfeer was niet om vrolijk van te worden. Ik heb dat team toen uitgedaagd om de situatie waarin ze zaten eens echt in de vorm van een verhaal te gieten.

Een man vertelde toen dat hij als kind vroeger graag buiten was, bij de zee, om te vliegeren. Hij zei: ‘Wij hebben in de organisatie te maken met tegenwind. Als jongen leerde ik al dat de vlieger hoger gaat als je leert wachten op tegenwind.’ Die man schetste zomaar even dat beeld, van hoe tegenwind niet iets is waartegen je moet vechten, maar waarop je moet wachten. Zo’n verhaalbeeld geeft verbinding. Aan het einde van de dag was de stemming totaal anders.”

Bullets

Pauline Seebregts, die vanuit haar bedrijf Storywise regelmatig wordt gevraagd door bedrijven en organisaties, geeft nog een voorbeeld. “Een bestuurder wilde haar toespraak voor de jaarlijkse medewerkersdag eens op een andere manier brengen. Ze legde me veertien pagina’s voor. Het stond vol met alleen maar regeltjes tekst achter bullets. ‘Dit is mijn verhaal’, zei ze. Ik zei: ‘Dit is geen verhaal, maar een opsomming van wat je het komende jaar wilt

doen. Wat wil je nu eigenlijk ten diepste zeggen?’

En toen ging de telefoon. Haar tuinman belde. Na het telefoongesprek begon de vrouw te vertellen over hoe haar men-

‘Al vertellend werd de leidinggevende een andere vrouw’

sen zich ontwikkelen van vakmanschap naar meesterschap. Ik vroeg: ‘Wat je wilt overdragen, kun je dat in de vorm van een verhaal over die tuinman doen?’ Heel voorzichtig schoof ik de veertien pagina’s met bullets aan de kant en vroeg ik haar nog meer voorbeelden te noemen. Al vertellend werd ze een andere vrouw. Ik zei: ‘Nú boeit het.’ Op die manier heeft ze ook haar toespraak gehouden. Ik was erbij. Tot bij de wc’s werd er naderhand over doorgepraat.”

Verteltrainingen

Seebregts werkte ooit als hulpverlener en leidinggevende, maar gooide na een crisis het roer om. Ze volgde opleidingen in *storytelling* en professionele communicatie en zette de stap naar haar eigen bedrijf Storywise. Ze treedt op in het land, schrijft verhalen voor organisaties en

bedrijven, geeft verteltrainingen en biedt een opleiding voor narratieve coaching en counseling. Verder geeft ze les aan de Vertelacademie in Utrecht. Ze komt overal: in de gevangenis, bij de politie, bij advoca-

ten, grote supermarktconcerns, zorginstellingen, op festivals, in bibliotheken, bij mensen thuis, bij jaarafsluitingen en andere speciale gelegenheden. Onlangs vertelde ze haar versie van het Judith-verhaal in een PKN-gemeente.

Rechter hersenhelft

“Een powerpointpresentatie met bullets biedt functionele informatie. Dat doet een appèl op de linkerhelft van de hersenen, de ratio. Maar als je de informatie brengt in de vorm van verhalen wordt ook de rechterkant, de creatieve kant gestimuleerd. Een verhaal raakt in emotie, in gevoel. Het is dan meteen veel gemakkelijker om te onthouden. Bij een verhaal herinneren de toehoorders zich naderhand de beelden, en niet de bullets.

Als leidinggevend verhalen vertellen, worden de luisteraars van binnenuit in beweging gebracht. De verteller zelf ook.

Het is razend spannend omdat je kwetsbaarder bent, en dat is tevens de kracht. Ik merk tijdens mijn trainingen ook dat een verhaal vertellen weerstand oproept. Mensen die gewend zijn strategisch te denken, moeten uit hun *comfort zone* stappen. Maar als ze aan het einde van de sessie elkaar hun eindverhaal vertellen, dan gebeurt er iets: het wordt stil, mensen gaan op het puntje van hun stoel zitten, ze worden meegenomen. Na afloop hoor je dan bijvoorbeeld: 'Nu snap ik waarom je in vergaderingen altijd zus of zo doet'. Verhalen vertellen verbindt, geeft richting, doel, betekenis, zin. De aanwezigen beleven hetzelfde en tegelijk heeft ieder een eigen beeld. Als je vertelt over een marktplein waarop een feest wordt gegeven, zal ieder zich een eigen voorstelling maken van dat feest. Het past in deze tijd, enerzijds hebben we onze geïndividualiseerde samenleving en anderzijds is er de behoefte aan gezamenlijkheid."

Fouten maken

Seebregts vertelt dat ze onlangs in een ziekenhuis was waar het management bezig was met een *leadership development program*. "Ik vertelde een afsluitend verhaal. De bedrijfscultuur was dat er geen fouten gemaakt mochten worden. Ik heb daar toen onder meer verteld over hoe ikzelf als werknemer eens een grote fout maakte. Mijn leidinggevende vertelde toen een verhaal over Winston Churchill, waardoor die hele situatie voor mij kantelde. Ik vertelde dat verhaal ook aan hen, en iedereen begreep waar het om ging. Namelijk: dat je elkaar niet moet afrekenen, dat een fout ook een moment van reflectie en bezinning is, dat je ervan kunt leren en dat een fout ook nieuwe kansen biedt."

Dilemma's

Mensen in een leidinggevende positie denken vaak dat ze het antwoord, de richting moeten weten. Dat is ook wel een beetje zo, en daar kunnen verhalen zeker bij helpen. Maar tegelijk helpen verhalen juist ook om dilemma's naar boven te krijgen,

de vragen te stellen. Daardoor krijgen de luisteraars de gelegenheid om met hun eigen verhalen te komen, betrokken te raken en mee te denken."

Meteen buigt Seebregts zich naar voren en begint te vertellen. Een verhaal over een leerling en een meester. De leerling toetst zijn opgedane kennis tijdens een reis door de wereld en raakt ontdaan door wat hij aantreft: ziekte, onrecht, armoede. De vragen die deze wantoestanden oproepen, stelt hij aan zichzelf, aan de mensen en aan zijn meester. Hij krijgt geen antwoord, en roept wanhopig uit: 'Hoe kan ik leider worden, als u en ik de antwoorden niet weten?' Seebregts besluit: "Waarop de meester zei: 'Jongen, je stelt jezelf de beste vragen van de wereld, maar verkwansel ze niet voor antwoorden. Het zijn de antwoorden die ons scheiden en de vragen die ons met elkaar verbinden'. Als ik zo'n verhaal in een zakelijke setting vertel, wordt het stil. Je voelt hoe mensen ontspannen. Iemand zei eens: 'We zijn nog nooit samen zó stil geweest'."

'Mensen die vooral strategisch denken, moeten uit hun comfortzone stappen'

Mijn moeder was gereformeerd en mijn vader rooms-katholiek. Ik ging destijds naar de katholieke kerk. Ik keek altijd reikhalzend uit naar het moment dat het deurtje van de tabernakel openging. Daar was het mysterie. Ik ervaar dat beelden en verhalen raken aan dat soort essentie. Ze geven stilte, verbinding. Ze kunnen heilzaam zijn."

Contact

Waar haalt Seebregts haar thema's vandaan? "Het verhaal is er de hele dag – als je je ervoor openstelt. Laatst stormde het,

en vóór me liep een oud echtpaar. Hij was groter dan zij, de vrouw liep met een rollator. Ze moesten zich concentreren tegen die harde wind. Zij had de rollator vast, en ik zag hoe hij met zijn hand haar hoedje vasthield. Dat ontroert me. Dat beeld blijft op mijn netvlies. Ik maak er verbinding mee en van daaruit vertel ik mijn verhaal. Het heeft niets te maken met uit het hoofd leren van zinnen. Je moet je inleven, er contact mee maken, het voor je zien en het dan vertellen. Daardoor raak je ook niet van slag als er tijdens het vertellen een telefoon gaat, of iemand een hoestbui krijgt. Dat kun je namelijk integreren in je verhaal. Mijn verhaal is daardoor nooit hetzelfde, ik zet niet een toneelstuk neer. Pas in het contact gaat het verhaal leven." Seebregts vertelt ook dat je nooit precies weet hoe de luisteraar het verhaal ontvangt: "Ik deed eens een voorstelling over Maria. Ik wist dat vooraan een directrice van een klooster zat. Ze luisterde met een diepe rimpel, dus ik dacht: oh, ze vindt het niks! Achterin zat gelukkig iemand stralend te lachen. Naderhand gaf die directrice me een ferme hand: dit verhaal wilde ze ook in het klooster laten horen! Ze legde uit dat dit – de frons – haar luisterhouding was. Tegen die glimlachende vrouw zei ik: 'Dank je wel, je was een baken waaraan ik me vasthield'. Maar zij zei: 'Ik heb eigenlijk niets gehoord. Ik ben namelijk vreselijk verliefd!'"

Wat is de drijfveer van Pauline Seebregts? "Ik wil verhalen vertellen die het hart raken en mensen in contact brengen met het grote verhaal. Voor mij is dat grote verhaal: de verbinding met de grote bron van het leven. Dat kun je God noemen, liefde, het grote licht. Ik vertel niet alleen maar leuk een verhaaltje. Het is een grotere opdracht, waarin ik me bezielt weet." Stralend besluit ze: "Ik voel me dan ook een gezegend mens."

Margot C. Berends is freelance journalist en fotograaf (www.margotberends.com)

Meer informatie: www.storywise.nu