



*In gesprek met Marnix Reijmerink en Jakob van Wielink*

# Transitie mogelijk maken

Secure base coaches begeleiden cliënten bij het onderzoeken van hun keuzevrijheid op weg naar het leven van hun roeping door hun veerkracht aan te spreken. Marnix Reijmerink en Jakob van Wielink schreven er onlangs samen met collega's een lijvig boek over. In plaats van het boek uitgebreid te bespreken besluit ik met de deur in huis te vallen door de auteurs te vragen naar hun roeping.

**Auteur:** Ericka Kuyters

Jakob van Wielink: "Roeping wordt vaak ingevuld in termen van wat je voor de kost doet. Dan verwar je een rol met wie je bent. De vraag naar wie je bent is veel fundamenteeler dan wat je doet en ligt aan de basis van hoe wij naar roeping kijken. De vraag 'wie ben ik?' is het vertrekpunt van waaruit je de ander ontmoet. Van waaruit je de wereld beschouwt, mensen beschouwt en je je tot die wereld verhoudt en er mede vorm aan geeft."

"Je roeping verandert niet zo veel in de loop van je leven; dat is het fundamentele verschil met een missie of rol. Rollen kunnen veranderen, een missie komt tot een einde. Ik ben ooit begonnen als advocaat, dat was een professionele rol. Nu heb ik een rol als onder meer coach. Maar de onderliggende roeping was in beide rollen niet anders. Alleen heb ik er nu, na al het persoonlijk werk dat ik heb gedaan, de woorden voor."

"Ik ben een vriend en een vader, ik help roeping te vinden en leven op weg naar heling. Mijn pestverleden is cruciaal voor het woord 'vriend' in mijn roeping. Ik heb lang rondgelopen met het idee dat ik er niet toe doe, er niet bij hoor. Dat ik op elk moment te horen kan krijgen dat ik weg moet. Door mijn rouwwerk te doen rond dat pesten kwam ik erachter dat ik wel degelijk een vriend ben. Dat ik niet alleen verlang naar vriendschap maar dat ik ook in staat ben om vriendschap vorm te geven. Dat het de energie is waarmee ik mensen tegemoet wil treden. Natuurlijk lukt dat me niet elk moment van de dag, maar het is wel de grondhouding die me het meest fundamenteel richting geeft. Ik treed de wereld tegemoet met de mindset dat de ander mijn vriend zou kunnen zijn. Het is de bereidheid om een ander te ontmoeten vanuit nieuwsgierigheid, om plezier met elkaar te hebben zodat we kunnen leren."

Marnix Reijmerink: "Ik ben een kameraad die avontuur brengt op weg naar overgave. Avon-

tuur gaat voor mij over wat ik mijn leven lang al doe: de dingen net even anders doen dan de mensen in mijn omgeving. Net een andere weg, net andere vrienden, net ergens anders heen. Avontuur gaat voor mij over het risico nemen ergens in te stappen zonder te weten waar je terecht gaat komen, maar je voelt aan alles: dit is de weg die ik moet gaan. Zo is het met alle keuzes in mijn leven gegaan."

"Het avontuur is ook de vrucht van een wond: ja, ik heb dingen altijd anders gedaan, maar er zijn natuurlijk ook momenten geweest dat ik het avontuur wilde aangaan maar dat niet heb gedaan. Ik wilde bij het korps mariniers. Ik kom uit een onderwijsgezin en ik was vastbesloten die droom werkelijkheid te laten worden. Die droom ging voor mij over kameraadschap, avontuur en iets voor de wereld betekenen. Daar waren mijn ouders het fundamenteel mee oneens: 'Dat is niet jouw route, dat is niet wat bij jou past. Dat is niet wie jij bent.'"

"Ik ben vanuit mijn verlangen naar harmonie Duitse taal- en letterkunde gaan studeren. Ik wilde voldoen aan verwachtingen die ik dacht dat mensen aan mij stelden. Ik ben in het onderwijs gaan werken, ben leidinggevende geworden. Ik ben daarmee gestopt omdat ik voelde dat ik vastliep in die rol. Toen ben ik op het pad van coaching en begeleiding gekomen omdat ik merkte dat er in begeleidende gesprekken met de mensen aan wie ik leiding gaf iets gebeurde. Dat is het begin geweest van mijn eigen reis in begeleiderschap, de vriendschap met Jakob en de droom om een eigen instituut op te bouwen."

Jakob: "Ik werk in deze jaren ook veel met kerkelijke leiders. Daarin komt dat verschil tussen roeping en rol scherp naar voren. Een priester of dominee is gewend om zijn dominee- of priesterschap te zien als roeping. Maar als ik laat zien dat dominee zijn niet

hun roeping maar hun rol is, dan schrikken ze daarvan. Ze zien echter ook dat het precies de kern is waar ze als voorganger vaak op vastlopen. Ze zijn zich gaan identificeren met hun rol, hun toga, en hebben veel minder connectie met de mens die in die toga naar voren komt. Het is een fundamentele wakkermaker voor veel mensen.”

### **Goede coach**

Marnix: “Ik denk dat iedere coach die verandering op identiteitsniveau in de levens van mensen wil helpen vormgeven, zijn roeping moet kennen. Daar ligt onder dat er de bereidheid moet zijn om in iedere ontmoeting met iedere cliënt naar binnen af te dalen en je af te vragen: wie ben ik in dit contact en wat is hiervan de impact op de persoon die tegenover me zit?”

Jakob: “Transitie helpen vormgeven en mensen vanuit liefde daarbij te begeleiden kan niet zonder je roeping te kennen. Omdat je roeping je terugbrengt naar je achterland en alles wat je daar wel en niet heeft aangemoeidigd om je volle potentie te leven. De koninklijke route om daar te komen is je wonden te onderzoeken, te verkennen en zo te verzorgen dat je ze tot vrucht weet te maken. Zodat niet alleen jij van die vrucht kan proeven maar ook je cliënt, of wie je dan ook in je leven ontmoet.”

“Wanneer je werkt aan verandering op identiteitsniveau verandert er iets fundamenteels in hoe de geschiedenis van de cliënt van invloed is op zijn omgeving, hoe de cliënt impact heeft op de wereld en een toekomst mee vormgeeft die hoopvoller is dan waar hij vandaan komt.”

Marnix: “Er zijn natuurlijk ook coaches die op gedrags- en kennisniveau werken, die transactioneel coachen: je hebt een klus te klaren en ik ga je helpen dat zo goed mogelijk te doen. Dat is een andere ingang, met een ander resultaat als doel. Transactioneel en transformatieel zijn geen uitersten; ze hebben ook

invloed op elkaar. Ook wij geven gewoon praktische opdrachten door bijvoorbeeld iemand aan te moedigen dat lastige gesprek met de leidinggevende aan te gaan.”

Jakob: “Het kan ook heel paradoxaal zijn. Wat mij bijvoorbeeld intrigeert is de paradox van verstillend door mindfulness, yoga, meditatie. Het zijn buitengewoon krachtige behulpzame oefeningen. Het zijn wegen om iets van kalmte te ervaren. Om je te ondersteunen om in het hier en nu te komen. Tegelijkertijd kunnen ze je ook afhouden van wat er werkelijk aan de hand is. Een cliënt gaat bijvoorbeeld op vakantie en vertelt: ‘Ik vind het zo moeilijk om vakantie vol te genieten.’ Ik kan hem van alles aanraden: rust nemen, op een matje gaan zitten, thee drinken. Hij zal niet in grotere mate gaan genieten als hij niet bereid is om te onderzoeken welke wond in het verleden hem belet om in het hier en nu te zijn.”

### **Hechting**

Jakob: “Eens trof ik in mijn praktijk een marketingmanager van het zeer ambitieuze soort. Zij kreeg van haar omgeving steeds te horen: je hebt het allemaal op orde maar met deze drammerigheid gaat het hem niet worden. Ze kwam uit een warm en liefdevol gezin. Toen zij haar levenslijn presenteerde kwam ze bij het moment dat zij moest besluiten al dan niet door te gaan met haar studie. Ze belde haar vader die haar altijd enorm had ondersteund en deze zei: ‘Wat je ook doet, ik sta altijd achter je.’ Dat was ook hoe ze haar vader kende. Hij stond altijd achter haar. Het bleef even stil en ineens begint ze te huilen. Ze realiseerde zich, terwijl zij het verhaal vertelde, dat het helemaal niet veilig voor haar geweest was. Omdat zij op dat moment een vader nodig had die zei: ‘Je gaat gewoon door.’ Die aanmoediging had ze zo gemist dat zij nog steeds aan het bewijzen was dat zij oké is.”

“In dit voorbeeld komen de verschillen aspecten van hechting naar voren. De aanwezigheid van liefde zegt niets over de mate van

veilige hechting. Het besef dat je ouders van je hebben gehouden, maar je niet in de mate die jij nodig had een veilige hechting hebben kunnen bieden, is voor veel mensen een schok omdat het vaak botst met diepe lagen van loyaliteit aan onze ouders.”

“Hechting en verbinding worden vaak in een adem genoemd maar zijn fundamenteel verschillend, hoewel onlosmakelijke met elkaar verbonden. Hechting is de onbewuste manier waarop wij nabijheid zoeken bij een ander. Dat is neurobiologisch in ons vastgelegd.

Je kunt je niet niet hechten. Vanaf het eerste moment vormen zich door veilige en onveilige elementen patronen. Verbinding is de actieve keuze om op basis van een bestaande hechtingsband de relatie te verdiepen, om de intimiteit op te zoeken.”

“Iemand is nooit ofwel 100% veilig ofwel 100% onveilig gehecht opgegroeid, maar wel overwegend veilig of overwegend onveilig opgegroeid. Die nuance is belangrijk; iedereen ervaart zowel veilige als onveilige momenten van hechting.”

“Veilige dan wel onveilige hechting ontstaat in de leeftijd van nul tot achttien jaar. We zijn geneigd om bij de hechting vanuit de traditionele psychologische ontwikkeling te kijken naar de fase van nul tot vier jaar. Maar de puberteit, de periode van fundamentele identiteitsontwikkeling op het gebied van vriendschap, seksualiteit en toekomstperspectief, kan van grote invloed zijn. Wanneer ouders in de eerste levensjaren de zorg en uitdaging wel konden geven maar tijdens de puberteit niet, kan de hechting omslaan naar overwegend onveilig.”

“Ongeveer de helft van de mensen heeft een geschiedenis van onveilige hechting. Met name de cliënten die overwegend onveilig gehecht zijn, hebben een coach nodig die hen een radicaal andere nabijheidservaring geeft. Op al die momenten in jouw geschiedenis dat

Transitie helpen vormgeven  
en mensen vanuit liefde  
daarbij te begeleiden kan niet  
zonder je roeping te kennen.

je naar voren wilde komen en weggeduwd werd of juist te stevig werd vastgepakt, kan de heling beginnen met een coach die een andere beweging durft te maken. Ook in het werk dat we doen met psychiaters, therapeuten is dit wat we leren. We zijn allemaal meestal in staat *caring* te bieden; welkom te heten, empathisch te zijn. Maar *daring* is waar het steeds schuurt: de bereidheid om in de wond te stappen, daar steeds dieper in te gaan. Dat is wat de meesten niet hebben geleerd: de dialoog hierover aan te gaan.”

Marnix: “Ik had laatst een team in begeleiding waartegen ik zei: ‘Zoals jullie hier zitten als teamleden, is de ene helft overwegend veilig en de andere helft overwegend onveilig gehecht.’ Ik zag de mensen om zich heen kijken. Een man werd emotioneel en zei: ‘Nu weet ik waarom ik het zo ongelofelijk moeilijk vind om met jullie in dit team samen te werken. Ik realiseer ik me nu pas dat jullie als groep mijn pestverleden triggeren. Iedere dag! Jullie doen dat niet bewust, dat leer ik nu, maar dat gebeurt wel.’ Hij realiseerde zich waarom hij geen plezier had in de samenwerking, niet opbloeide, zijn werk niet voor elkaar kreeg. Er viel een last van hem af.”

“Het wordt pas veilig als we risico’s durven nemen. Dat is de paradox van de hechting. We zijn geneigd om te denken en ervaren: het is niet veilig dus kom ik niet tevoorschijn. Maar psychologische veiligheid en risico

## Het wordt pas veilig als we risico's durven nemen.

zijn onlosmakelijk aan elkaar verbonden. De coach helpt doordat hij vanuit liefde en verbinding diep durft te gaan en uitdagende vragen durft te stellen. De cliënt gaat dan ervaren: dit is iets heel anders dan ik altijd gedacht heb dat veiligheid is. Ik had me teruggetrokken in mijn schijnveilige bubbel. Het doel van de begeleiding is niet veiligheid, het doel is niet de therapeutische bubbel, het doel is niet de context creëren waar we het goed hebben met elkaar. Het doel is een middel: de veiligheid als platform voor het experiment, het avontuur."

### Zelfonthulling

Marnix: "Je bent als coach iemand die laat zien: ik ben er wel. Ik geef niet op. Ik moedig je aan waar anderen in je leven dat misschien niet deden. Ik schrik niet van je boosheid, verdriet, frustratie, pijn. Je bent als coach een tijdelijke figuur, die een tijdelijke plaats heeft in het leven van de cliënt. Ook als hechtingsfiguur."

"Je maakt contact vanuit professionele nabijheid, vanuit de ontmoetingsenergie. Dat betekent dat je zo dicht mogelijk bij je cliënt komt als nodig is. Wanneer je professionele afstand houdt, houdt je vanuit het perspectief van de hechting precies in stand wat er is.

De energie waarmee ik in iedere sessie aanwezig probeer te zijn bij iedere cliënt is hetzelfde. Het is dezelfde inzet die ik pleeg in relatie met mijn vrouw, vrienden, familie. De

uitwerking, context en relatie en de rollen zijn anders. Maar wie ik ten diepste ben en wat ik met die energie doe, dat is niet anders."

"Het gaat er dan ook over dat je je eigen vallen en opstaan hierin erkent en waardeert bij jezelf, en deelt met je cliënt. Want dat is ook een aanmoediging: 'Wat ben ik blij dat je dit deelt Marnix, dat je niet schrikt van mijn verhaal dat je bij me blijft en niet weggaat. En dat je laat zien dat jij diepmenselijke thema's kent en ermee worstelt, vertelt hoe lastig het soms is in je huwelijk, met je zoons, met je vrienden. Dat helpt mij zo om ook mijn eigen verhaal op een andere manier te bekijken.'"

Jakob: "Het idee dat zelfonthulling niet professioneel zou zijn is echt onzin. Het mooie is dat door zelfonthulling, waarbij je laat zien hoe jij je reis hebt gemaakt, de meeste mensen ontroerd raken, bemoedigd raken, en ontdekken dat het te doen is. Het is hoopgevend. Je bent als coach een rolmodel. Gerelateerd aan zijn hechtingsgeschiedenis, kijkt een cliënt dus op een bepaalde manier naar je. En heeft verwachtingen en een beeld. Je doet natuurlijk nooit aan zelfonthulling om zelf heling te vinden, maar het kan wel een fijn bijproduct zijn. Natuurlijk heel ik ook maar het is niet het doel."

"Daarom is intervisie en supervisie voor begeleiders zo belangrijk. Onzekerheid laten zien is oké, maar ik kan beter uithuilen bij Marnix dan bij mijn cliënt. Je kiest als begeleider de plekken waar je je zwakte laat zien en ermee werkt voor jezelf."

Marnix: "Het gaat om kwetsbaarheid tonen en over je eigen ontwikkeling vertellen. Dat is iets anders dan zwak zijn zonder je eigen huiswerk te hebben gedaan. Je moet je eigen huiswerk hebben gedaan voordat je iets van jezelf onthult." ■

**Ericka Kuysters** is zelfstandig coach en redactielid van het Tijdschrift voor Coaching. [www.lifelab.nu](http://www.lifelab.nu)

## Referenties

- Bowlby, J. (2005). *Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. New York: Taylor & Francis.
- Kosminsky, P.S., & Jordan, J.R. (2016). *Attachment Informed Grief Therapy: The Clinician's Guide to Foundations and Applications*. New York: Routledge.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2017). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York: The Guilford Press.
- Wielink, J.P.J. van, Fiddelaers-Jaspers, R., & Wilhelm, L. (2022). *Taal van Transtie: Je roeping als leider in een wereld van verandering*. Heeze: Circle Publishing.
- Wielink, J.P.J. van, Gasteren, K. van, Reijmerink, M., Verbokkem-Oerlemans, A, Wilhelm, L., & Fiddelaers-Jaspers, R. (2022). *Het ambacht van de secure base coach: Transitie mogelijk maken*. Amsterdam: Boom.

**Relationele Verleidingen: Empathisch begeleiden van groepen** is het nieuwe boek van de auteur van *Wisselende contacten: De ontmaskering van de coachingsrelatie* en grondlegger van het model van de Zes Houdingen. In haar nieuwe boek neemt psycholoog, coach en trainer **Karen Walthuis** je mee in de relationele diepte van het werken met groepen.

*'Je kunt moeilijk om haar boek heen, wanneer je als begeleider een beter beeld wil krijgen van wat er speelt in een groep, jouw aandeel hierin en hoe je hiermee adequaat kunt omgaan'*

**Ron van Deth**

*'Informatief en schokkend. Een bijzonder zinvol boek dat ook nog eens lekker leest.'*

**Elmers Schmidt**

*'Gecomplceerde fenomenen als overdracht en narcisme werden me nu pas echt duidelijk.'*

**Josephine Boijens.**

