

In de achtbaan van zelfontwikkeling: over intelligentie en bewustzijn



Wat hebben Bill Clinton, Halbe Zijlstra en Dominique Strauss-Kahn met elkaar gemeen? Het zijn alle drie snelle denkers, verbaal sterk en gepokt en gemazeld in de politiek. Het zijn bovendien meer dan gemiddeld intelligente mensen. Alle drie hebben ze zich jaren lang kunnen redden in de politieke slangenkuil door heel bewust behendig te manoeuvreren tussen vele tegenstrijdige belangen en mogelijkheden. Daarom is het vanuit het perspectief van bewustzijn opmerkelijk dat ze gedrag hebben

laten zien dat ze nooit eerder hebben vertoond. Allen hebben zichzelf in diskrediet gebracht door seksueel onaanvaardbaar gedrag of door aperte leugens.

Waar was hun intelligentie, hun bewustzijn en hun politieke antenne op dat moment? Wat maakte dat hun jarenlange ervaring, hun kennis en hun snelheid van denken hen op dat moment in de steek liet? Tot hun schrik hebben zij ervaren dat iedereen en zij dus ook beschikken over een soort *ontsnappingsroute*, die er toe leidt dat hun gedrag ineens langs een heel andere weg wordt aangestuurd. Op dat moment wordt gedrag niet meer door ratio, intelligentie of ervaring bepaald, maar door iets ongrijpbaars.

Niet verstandig

Achteraf begrepen ze zelf ook niet waardoor ze tot dat ongewenste gedrag kwamen. Hun reacties maken duidelijk dat ze geen enkel besef hebben van deze ontsnappingsroute. Ze noemen het 'niet verstandig op dat moment' (Zijlstra), ik maakte 'een morele fout' (Strauss Kahn) of 'ik toonde geen passend gedrag' (Clinton). Ze waren zich op dat moment onbewust van hun gedrag, omdat het ontsnapte aan hun rationele controle.

Ze zullen hun lesje inmiddels wel hebben geleerd, ben je geneigd te zeggen. Maar wie het hoe en waarom van de ontsnappingsroute niet kent, is niet in staat om er van te leren op het fundamentele niveau van het innerlijk patroon waar de ontsnappingsroute uit voortkomt. Hooguit kun je je voornemen om jezelf voortaan beter in de hand te houden door er voor te zorgen dat je gedrag beter onder controle komt te staan van je ratio. En daarmee kom je juist verder af te staan van een mogelijke verbetering!

Een hardnekkig misverstand

In de dagelijkse coachpraktijk van myHBMcenter gaat het niet om rationeel gedrag maar om de aansturing van dat gedrag. HBM-coaching richt zich op het ontdekken van onbewuste patronen die feitelijk je gedrag bepalen op momenten dat het spannend wordt in je omgeving. De praktijk leert dat intelligente coaches regelmatig de denkfout maken dat intelligentie hetzelfde is als bewustzijn. Ze menen dat hun intelligentie hen automatisch helpt bij zelfinzicht in wat hun gedrag bepaalt. Zo ontstaat het hardnekkig misverstand dat hoe hoger je op de intelligentieladder staat, hoe zelfbewuster je bent.

In mijn praktijk als coach ben ik die gedachtegang vele malen tegengekomen. Die maakt dat coaches minder ontvankelijk zijn, minder verbaasd over zichzelf. Hun ratio heeft hun leven, hun ervaring, hun hele 'zijn' gekaderd in begrijpbare, rationele brokken, in iets dat ze kennen

en herkennen. En er is iets vreemds aan de hand met intelligentie. Die werkt als de achtbaan in de Efteling. Mijn ervaring in deze achtbaan is deze: eerst ga je getrokken door een ketting tergend langzaam omhoog naar het hoogste punt. Om daarna, net over de top, met rap toenemende snelheid en vrij van de ketting de diepte in te suizen.

De diepte in

Zo is het ook bij de intelligente coachee. Het kost veel tijd, spiegelen en overredingskracht om het punt te vinden waarop de intelligentie niet meer tegenwerkt maar gaat meewerken. Tot dat punt voert de intelligentie de strijd om 'de waarheid', 'de overtuiging', de 'vaste waarden' van haarzelf. Het zit vast aan de rationele ketting van oorzaak/gevolg. Maar ná het hoogste punt, als de weerstand is overwonnen, is er ineens de intelligentie die meewerkt omdat de ontsnappingsroute wordt doorzien. Dat is een mooi moment, omdat ineens de intelligentie dienstbaar wordt aan het proces van zelfinzicht. Door zo de diepte in te gaan ontstaan nieuwe inzichten die elkaar snel op kunnen volgen, en die er toe leiden dat je uiteindelijk beter toegerust weer met beide benen op de grond staat.

Maar voor het zo ver is zal de HBM-professional alle zeilen moeten bijzetten om de intelligente weerstand om te zetten naar een intelligente helper. Dan spreken we dus niet meer van 'niet verstandig gedrag' maar ziet de coachee in dat hij dit gedrag inzette om bepaalde ervaringen van het verleden niet te hoeven voelen. Elk van de drie heeft een eigen specifiek innerlijk patroon dat zijn ongewenste gedrag veroorzaakte. De kern van HBM en van de achterliggende Belevingspsychologie is dát patroon van jezelf te herkennen. Het ontdekken van dat patroon is wezenlijk voor elk mens omdat je dan, ook onder grote druk of spanning, wel bewust blijft van je gedrag. Het had Bill, Halbe en Dominique veel stress en reputatieschade kunnen besparen als ze dit innerlijke proces eerder bij zichzelf hadden ontdekt.

Eduard Baas.