

De kracht van verhalen in het kort.

Nancy Wiltink, februari 2017

Verhalen inzetten in de communicatie: er is steeds meer aandacht voor. En dat is een goede zaak, want verhalen hebben grote kracht. Mensen vragen me: 'Hoe werkt het eigenlijk?' Voor een verhalenverteller helemaal niet zo'n simpele vraag om te beantwoorden, er is meer dan één antwoord. Zie deze korte uitleg als een beginpunt van een gesprek over dit onderwerp. Dit is wat ik inmiddels ervaren heb in heel veel verschillende settings. Wil je je erin verdiepen, op da laatste pag. staat een leeslijstje en natuurlijk mag je altijd mailen of bellen. Hoe verhalen een verandering kunnen ondersteunen: je mag me er 's nachts voor wakker maken.

De context

Hoe verhalen 'werken' hangt erg af van hoe de luisteraar luistert. Kritisch, of open. De helft van het werk is daarom de context scheppen waarin verhalen kunnen gedijen. Een 'narratief klimaat'. Dit wordt nog wel eens over het hoofd gezien, daarom zet ik het vooraan. Wie het verhaal vertelt is onderdeel van die context, maar ook: de plek, de reden waarom de luisteraars samenkomen, wat ervóór is gebeurd en wat erna op de agenda staat. Je wil weten of deze mensen gewend zijn om in deze context naar een verhaal te luisteren en wat ze verwachten. Staan ze ervoor open om echt te luisteren, om zich te laten raken en open te staan voor alle lagen in je verhaal? Je kunt een handje helpen door aandacht aan de context te geven, de narratieve ruimte naar je hand te zetten.

Mijn eigen ervaring met het naar je hand zetten van de narratieve ruimte groeit met de dag. Eén van de voorbeelden waar het bijna magisch werkte was tijdens 'De Kunst van het Stilstaan,' een weekend voor jonge wereldverbeteraars. Door als chef verbeeldingskracht het hele weekend mee vorm te geven, en er het hele weekend bij te zijn, door de persoonlijke gesprekken en de open verbinding met de natuur, door de nadruk op stilte en afstemming en door een kampvuur, kon een verhaal een gedeelde ervaring worden die de persoonlijke reis extra glans gaf en waarin iedereen zich op zijn eigen manier herkende.

Alles is een verhaal

Je kunt het woord 'verhaal' verbazingwekkend breed gebruiken, en dat gebeurt ook. Dat leidt soms tot misverstanden. Ik gebruik hier het woord 'verhaal' als het om een gebeurtenis gaat, met begin, midden en eind en waarin een hoofdpersoon (die ook een dier of voorwerp kan zijn) handelend optreedt. Het is dus concreet: de oer-betekenis van het woord verhaal. Een beschrijving, of een abstract betoog noem ik in deze context geen verhaal. Dit artikel is dus ook geen verhaal, maar een uitleg.

Grof gezegd heb je twee type verhalen:

- Waar gebeurt: uit het echte leven. Vergelijk met een documentaire. Misschien zijn er elementen gemanipuleerd of in werkelijkheid net even anders gegaan, maar dat maakt niet uit voor de essentie van het verhaal. Het kan veel indruk maken, omdat je weet dat het echt is.
- Fictief: verzonnen en dat weet je als luisteraar ook. Vergelijk met een speelfilm. Het moet wel geloofwaardig zijn, maar je weet dat het verbeelding is. Daardoor kan je er heel open naar luisteren.

Het grijze gebied tussen deze twee is waar het schuurt. Dat schuren kan als spel geweldig spannend zijn: gefictionaliseerde werkelijkheid – het is net echt. Als de luisteraar het gevoel heeft dat hij bewust misleid is 'werkt' het averechts. Denk aan leugens, bewuste manipulatie en sinds deze maand horen de 'alternatieve feiten' ook in dit rijtje thuis. Het werkt, maar hoe lang? Als het uitkomt wordt de verteller niet snel nog eens vertrouwd.

Waarom verhalen werken – over verbeelden, verbinden en veranderen

- De meeste mensen verbeelden het verhaal waar ze naar luisteren: je hoort niet alleen het woord 'boom', je ziet ook echt een boom voor je, als in een droom. Daarbij gebruik je (net als in een droom) beelden die je ooit gezien hebt en die combineer je tot nieuwe composities. Het is net, alsof je naar een film zit te kijken, maar die maak je zelf, in je eigen hoofd. Alle luisteraars 'zien' het dus ook net even anders. Beelden onthoud je beter dan woorden

- Daarnaast kan je, soms terwijl je luistert, soms erna, aan de hand van het verhaal associëren. Je kunt het verhaal als metafoor begrijpen van de werkelijkheid. Je begrijpt dan ineens dat 'de draak' in het verhaal te zien is als 'het grote gevaar dat met een andere benadering makkelijk tembaar blijkt'. Het verhaal roept zo spiegelverhalen op uit jouw eigen leven en roept archetypische waarheden op. Verhalen kunnen daardoor ook een helende werking hebben.
- Fictieve verhalen openen je geest voor creativiteit, je maakt nieuwe verbindingen. Zolang het binnen het verhaal klopt kan alles: groene mannetjes zo klein als je pink, opstaan uit de dood. Je kritische geest protesteert alleen als er een ongerijmdheid of fout in zit die niet de bedoeling is. Een kok kan niet zomaar even later een kokkin zijn. Fictieve verhalen openen zo ook de wereld van mogelijkheden en van speelsheid.
- Waargebeurde verhalen kunnen sterk verbindend zijn, ze spreken je empathisch vermogen aan, je leeft mee met de emoties van de verteller en soms zie je voor het eerst een andere kant van iemand die je al dacht te kennen. Ze veranderen dan het beeld dat je van iemand of van een situatie had.
- Fictieve verhalen kunnen een verandering ondersteunen en versnellen. Ze kunnen nieuwe mogelijkheden laten zien en je enthousiast maken om het ook zo te doen. In feite trainen ze je om een toekomst alvast te ervaren. Het is een proefritje. Ze laten je dealen met opluchting, angsten, gruwelen die je niet echt mee hoeft te maken. Dit alles zonder reiskosten, zonder 'echte' fysieke ervaring, zonder licht, geluidsversterking of decor.

Een mooi voorbeeld hoe een verhaal een abstracte term als 'paradigmashift' duidelijk kan maken vond ik in een boek van Stephen Covey: Covey zit in een metro en ergert zich kapot aan een andere man, die net is ingestapt met twee kinderen van ongeveer vier en zes jaar oud. De kinderen klieren, duwen, trekken, maken veel lawaai en hun vader zit daar maar, alsof hij er niets aan kan doen. Het is duidelijk dat andere reizigers zich er ook aan storen, maar niemand zegt iets. Op een gegeven moment wordt het Covey te machtig, hij spreekt de man aan: 'Mijnheer, kunt u alstublieft uw kinderen vragen om zich in de metro iets rustiger te gedragen?' De vader kijkt nu wel op en antwoordt: 'Oh, natuurlijk, excuus. Ik was er niet bij met mijn gedachten. Weet U, we komen net terug uit het ziekenhuis. Mijn vrouw heeft, had kanker. Ze is zojuist overleden. Ik denk dat de kinderen het ook even niet meer weten.'

Verbeelden voorbij het cliché

We worden allemaal, de hele dag, gevoed met beelden. Daar horen ook andere sensaties bij, zoals geur, wat je voelt, wat je hoort. Sommige van die beelden roepen we makkelijk op, dat is ons setje clichés. Hoe 'hoort' een moeder, baby, huis, hond eruit te zien. Bij mij: een boef draagt een streepjesshirt en een maskertje, een koning heeft een baard, een hermelijnen mantel en een kroon. Zo hebben we ook ons eigen cliché wereldbeeld en ons eigen beeld van de toekomst.

In een verhaal kan je door verrassende beelden te gebruiken, voorbij de clichés gaan. Soms is daar niet veel voor nodig: 'Caspar was een gitzwarte koning'. Beelden voorbij het cliché rekken onze verbeeldingskracht op en daarmee ons creatieve vermogen. We maken nieuwe combinaties, zoals een kunstenaar dat doet. Verhalen kunnen ons daardoor ook helpen 'verder te denken' dan hoe het altijd is of gaat. Out of the box houdt de spanning erin, die box is ons setje clichés.

Een mooi voorbeeld komt uit een verhalenproject in Engeland. Ouderen en jongeren deelden verhalen door eerst persoonlijke verhalen te delen binnen de eigen groep. Daarin werden ze door de context verleid om open en eerlijk te zijn, en zich ook kwetsbaar op te stellen. Die vertelde verhalen schreven ze op en werden als brieven naar de andere groep gestuurd. Pas na het lezen van de verhalen ontmoetten de groepen elkaar. Het clichébeeld was daardoor weggefallen. Het was geen oud mummelend mannetje meer, maar Harry, de man die stiekem toch getrouwd was met zijn grote liefde, die zo mooi piano speelde. Harry verdiende heel weinig, maar had voor haar toch een piano bij elkaar gespaard, omdat haar ouders haar hadden onterfd en ze de piano zo miste.

Het gevaar van verhalen

Het is goed om je te realiseren hoe krachtig verhalen kunnen zijn. Bepaalde verhalen bevestigen wat gedacht wordt binnen de eigen groep en die versterken zo 'wij-zij'-denken. Ook voeden ze conservatieve denkbeelden als 'Vroeger was het beter' en 'Dat lukt toch nooit'. Juist door het verbeelden, het verbinden, het geloofwaardige en het oproepen van emoties. Dergelijke verhalen zijn super krachtig, maar ze voeden de verandering en het eenheidsbewustzijn niet, ze houden die juist tegen.

Ik weet nog goed wat ik op 11 september 2001 deed. Ik had een afspraak met een kinderboekenschrijver, met wie ik een verhalenproject voor scholen ontwikkelde. Ze belde aan en ik zei: 'We moeten het niet doen. Moet je

horen wat er net gebeurd is. Die jongens die de Twin Towers zijn binnen gevlogen, welke verhalen hebben zij van hun moeders en leraren gehoord over de Amerikanen?' Na een kop koffie kwamen we samen tot een andere conclusie: 'We moeten het wel doen. Maar we moeten ook het open gesprek over die verhalen aanmoedigen, de dialoog. Wij kunnen ze juist laten zien dat een verhaal iets anders is dan de waarheid. En we kunnen de verhalen ook zo uitkiezen, dat ze laten zien dat iedereen anders en uniek is.' Het Verhalenkasteel heeft daarna op meer dan 200 scholen de kinderen betoverd met verhalen – en door dit korte gesprek is het een veel beter project geworden.

Het nieuwe verhaal, het grote verhaal

'We hebben in onze tijd een nieuw verhaal nodig,' wordt er gezegd. Neem nou bijvoorbeeld de energietransitie. 'Het gaat gebeuren, maar gewone mensen haken niet aan. Het is zo abstract'. Dat is zeker één van de redenen, waarom het een goed idee zou zijn om meer met verhalen te werken. Want verhalen maken concreet wat abstract is. Kijk alleen al eens naar het Oude en Nieuwe Testament en de Koran: geen abstracties, wel verhalen. Ook niet-religieuze verhalen worden gekleurd door wereldbeelden die we zelf niet eens als fictie zien, maar als 'de waarheid'. Klimaatontkenners zijn daar (helaas) heel goed in, die hebben het ook makkelijker, want die wijzen graag op wat er nu is 'Wil je je comfort van nu inleveren? Helemaal niet nodig.' Of op hun religie 'God heeft het zo gewild.' Mensen meekrijgen in een verhaal over wat er (nog) niet is, is een stuk lastiger. Dat is als een droom delen. Dan moet je het hebben van het laden van gevoelens als verlangen, trots, mogelijkheden met verhalen. Je moet een brug weten te slaan waar de luisteraar mee bezig is. Verhalen over eenheidsbewustzijn en het nemen van verantwoordelijkheid liggen niet voor het oprapen. Je moet dus goed zijn in geloofwaardige en aantrekkelijke fictie

Er is nog een mogelijke reden: Vertellen de mensen die werken aan de energietransitie zelf voldoende over hun emotionele betrokkenheid, over hun eigen droom met betrekking tot hun werk? Zo nee, dan is dáár werk aan de winkel. Als we verbinding lijken te missen met de wereld waarin wij werken, kunnen we anderen moeilijk meekrijgen. Een nieuw wereldbeeld, moet je laden met verhalen en emotie om er anderen bij te betrekken. Het kan één groot verhaal zijn, maar dat zal gevoed worden door een bundeling van heel veel verhalen, kleine verhalen, waar een gezamenlijk wereldbeeld uit blijkt. Waarom zouden mensen iets opgeven, het verlies en de pijn aangaan, als ze er niet in geloven dat dat echt nodig is? Verhalen van verlies en pijn zijn daarom net zo belangrijk als verhalen van vernieuwing, verlangen en verbinding. Rivieren worden immers ook gevormd uit heel veel druppels water. Een heel andere groep waarmee ik werkte waren gereformeerde studentenwerkers. Die konden allemaal binnen anderhalf uur een kleine twee minuten verhaal vertellen, voorbeelden van hun werk, waar hun passie vanaf spatte.

Nadat Trump was ingehuldigd, kon je geen radio meer aanzetten en geen krant meer openslaan, of hij kwam prominent in beeld. De reacties erop ook, van verbaasd, boos, bezorgd tot blij en opgelucht. Een waar mozaïek van indrukken en verhalen. Voor mij was de parel in de kroon een radio-interview met een professor aan het University College in Utrecht. Hij vertelde heel feitelijk over de macht van de president, in bijna accentloos Nederlands, vervolgens zei de interviewer ineens 'Maar u bent toch zelf ook Amerikaan, wat voelt u hier nou bij?' Ineens veranderde zijn toon: 'Ik maak me grote zorgen. Voor het eerst in mijn leven ben ik er niet meer van overtuigd dat het goed komt met het land waar ik geboren ben.' Dat is een 'ingepakt' verhaal, hier is meer over te vertellen, maar ineens voel je wel de emotie.

Vertellen versus opschrijven of laten zien

Verhalen kan je op veel verschillende manieren delen, geschreven of verteld, op film of in het theater. Waar kies je voor?

- Het is goed om je te realiseren dat alle media anders werken: boeken (of blogs/artikelen) en het vertelde verhaal prikkelen de eigen verbeeldingskracht, roepen eigen beelden op en dat kan voor een krachtige verbinding zorgen. Bovendien ga je 'mee' in de emoties van de verteller.
- Beelden, in theater of op film, werken óók heel sterk en kunnen óók emoties oproepen, ik zit vaak genoeg met een brok in mijn keel in de bioscoop. Ze zijn bovendien een bron van nieuwe beelden. Niet voor niets gebruiken grote bedrijven reclamefilms. Ik ben zelf ook fan van TEDtalks, een soort combinatie van film en vertellen.
- In de wereld van de marketing komt steeds meer nadruk te liggen op 'mond tot mond' reclame: stimuleren dat klanten hun ervaringen verder vertellen. Grootste voordeel is de betrouwbaarheid van de bron: als je iemand kent en die vertelt jou een verhaal, dan geloof je dat eerder dan als je een advertentie ziet.
- Bij het vertellen van een verhaal heb je bovendien alle aandacht. Of iemand een geschreven tekst ziet, moet je maar afwachten en of hij hem helemaal leest weet je al helemaal niet. Jij leest nu deze zin in dit artikel, maar ik

weet niet of je de rest van het artikel ook gelezen hebt. Als je vertelt is dat anders. Verteller, verhaal en luisteraar vallen als het ware samen. Ik noem die aandacht, dat samenvallen, de magie van het vertellen.

Waarom ik. Nancy, kies voor het vertellen van verhalen? Ik houd van het simpele en directe. Van de 'oer'ervaring – er gebeurt iets wat niet in dit artikel te vangen is, het onzegbare. Ik houd van de gedeelde ervaring. Ik ga graag in gesprek naar aanleiding van een verhaal, wat veel makkelijker gaat als je net zelf een verhaal verteld hebt. Mensen even meenemen in een andere wereld, daarna kijken wat dat oproept, welke verhalen de luisteraars te vertellen hebben, de wereld anders zien, of anders kleuren. ik kan er geen genoeg van krijgen.

Succesfactoren

- Delen is iets anders dan zenden. Een verhaal als truc, om wat extra gevoel mee te geven aan een lastige boodschap kan werken, maar kan ook tegen je werken als het er te dik bovenop ligt. Een eigen en persoonlijk verhaal, waarin ook ruimte is voor kwetsbaarheid, dat is lastiger, maar werkt eigenlijk altijd. En bij delen hoort ook: luisteren naar de verhalen die jouw verhaal oproept bij de luisteraars.
- Deskundigheid van de verteller of begeleider: we zijn allemaal verhalenvertellers en tegelijkertijd is het ook een vak. En waargebeurd verhaal is vaak als een cadeautje: de eerste keer dat iemand het vertelt, zie je alleen nog maar de verpakking. Je hebt dan iemand nodig die kan helpen om het uit te pakken. Hetzelfde geldt voor het vertellen van een aansprekend fictief verhaal. Iedereen kan zijn hond fluiten, maar niet iedereen speelt dwarsfluit in het concertgebouw.
- Tijd. Even snel een verhaal in elkaar flansen, even een middag verhalen delen, het kan nuttig zijn, om kennis te maken met de mogelijkheden. Jan Terlouw vertelde zijn brievenbus-verhaal in tien minuten. Het stuk over het touwtje (weet iemand nog waar de rest van het verhaal over ging?) duurde nog korter. Maar dat was beslist niet even snel in elkaar geflanst.
- Begin bij het echte begin. 'We hebben gehoord van storytelling en nou hebben we een nieuw verhaal nodig dat de neuzen dezelfde kant opzet. Dit 'verhaal' slaat heel veel stappen over: wie ben je? Wat is je huidige 'verhaal'? Is dat het verhaal dat op de website staat, of zijn dat de verschillende verhalen die je mensen vertellen als je ze ernaar vraagt? Wat is het belang van het 'dezelfde kant op zetten' van die neuzen? Waarom moet juist dat gebeuren? Wat doe je verder allemaal om dat voor elkaar te krijgen? Etc. enz. Net als bij andere communicatie: je moet eerst weten waarom en wat je wil vertellen. Pas daarna kan je besluiten waar en hoe je verhalen in wil zetten.
- Verder is het een kwestie van: kijken hoe anderen het doen, zelf doen, vallen en opstaan en niet te snel opgeven.

Meer voorbeelden, mijn verhalen

Op www.tuinaanzee.nl staat iets van wat ik doe. Op mijn weblog op die website schrijf ik af en toe ervaringen en gedachten over de kracht van verhalen en op facebook deel ik waar ik mee bezig ben, kondig ik ook evenementen aan waar ik bij betrokken ben.

Uit mijn boekenkast

Er is nog zoveel meer te vertellen over de kracht van verhalen, maar gelukkig hebben anderen de moeite ook al genomen om dat te doen. Een paar titels over de kracht van verhalen voor wie méér wil lezen:

- Aiden Chambers: *Vertel Eens*
- Joseph Campbell: *The hero with a thousand faces* en vele ander boeken. Vergelijkende mythologie; zijn werk wordt heel veel aangehaald als het gaat om oerstructuren van verhalen.
- Wiebe Veenbaas: *Op Verhaal Komen, Het helende verhaal*; persoonlijke groei en heling via verhalen
- Annet Scheringa: *Storytelling Handboek; Storypower*; storytelling in zakelijke context, met name gericht op interne communicatie, of 'organizational storytelling'
- Theo Hendriks: *Change the Script No story, no glory*; idem, met iets meer nadruk op externe communicatie of 'corporate storytelling'
- Renate Dorrestein: *Het geheim van de schrijver*; alles wat ze zegt geldt ook voor de verteller
- Inger Lise Oelrich: *The new story, storytelling as a pathway to peace* storytelling in ideële context, waar meningen recht tegenover elkaar staan
- Clarissa Pinkola Estes: *De ontembare vrouw als archetype in mythen en verhalen*; een ander beeld van vrouwelijke kracht vanuit verhalen.