

INTERVIEW
UITGELICHT

Je moet vandaag assertief en een teamplayer zijn. Maar één op de drie mensen is introvert, zoals Marlie Franssen (42). Bij de bank moest ze mee in de groepsdynamiek, nu coacht ze stille mensen zoals zij.

Stille tussen schreeuwers

Ik ben 22 jaar samen met Mark en we hebben twee mooie kinderen van 8 en 9 jaar, maar we zijn pas 2 jaar geleden getrouwd. Ik durfde nooit in de belangstelling te staan, een kwestie van gebrek aan zelfvertrouwen? Op zo'n trouwdag zijn alle ogen op de bruid en bruidegom gericht. Ik functioneer niet goed bij te veel aandacht. Als kind was ik rustig, bescheiden en serieus. Dat ben ik nog, maar ik heb het nu leren accepteren. Het hoort bij mijn introverte temperament. Dat is een lang proces geweest.

Mijn ouders, zeker mijn vader, zijn ook nogal stil en bescheiden. Pap sloeg nooit met de vuist op tafel, verdedigde nooit een felle mening, was nooit aanvallend of kwetsend naar andere mensen. Alles ging heel beschermd en neutraal. Er waren geen uitpattingen, geen spontane ingevingen. In die sfeer ben ik opgegroeid en dat vond ik fijn. Ik hou nog steeds niet van onverwachte dingen. Ik zou het niet fijn vinden als mijn kinderen na school opeens met zeven vriendjes aan de deur staan. Zelf trok ik me als kind vaak terug op m'n kamertje met boeken. Ik had genoeg aan de avonturen in mijn paardenromannetjes. Nu ik zelf twee kinderen heb, ben ik veel bewuster met hun ontwikkeling bezig dan mijn ouders vroeger. Ik stimuleer ze en geef ze zelfvertrouwen, iets dat ik vroeger best miste. Dan was ik na het vwo waarschijnlijk niet naar de heao gegaan, maar naar de kunstacademie of zo. Daar durfde ik toen niet naar toe, want in zo'n artistiek wereldje lopen vaak van die hippe en vlotte types rond. Dat ik er zo over dacht had natuurlijk weer alles met mijn eigen zelfvertrouwen te maken. Ik was toch meer het stille, teruggetrokken meisje uit Venray, het muurbloempje van de disco, dat altijd netjes binnen de lijntjes kleurde. Na de heao belandde ik bij de Rabobank, onder andere in Horst-Sevenum. Aanvankelijk zat ik vooral aan de balie, later werkte ik als assistent accountmanager private banking. Maar al die jaren functioneerde ik

het beste als ik me kon terugtrekken. Ik heb stilte nodig om mijn gedachten te kunnen ordenen. Maar stil en teruggetrokken zijn, wordt in Nederland als niet-sociaal en niet-collegiaal gezien. We worden van jongs af aan, ook op school, gepusht om teamplayers te zijn. En binnen die groep moet je assertief zijn, je plek weten te nemen, je mondje roeren, ad rem en competitief zijn. Bij functioneringsgesprekken kreeg ik altijd te horen dat ik meer mee moest doen. Want we moesten samen de teamspirit hoog houden, samen doelen halen. Zagen ze dan niet hoe goed ik mijn best deed, hoe goed ik presteerde, juist in die onzichtbaarheid? Maar harde werkers worden niet altijd opgemerkt. Volgens hen was ik ook te passief in vergaderingen. Het rare is dat ik altijd pas achteraf goede ideeën en oplossingen krijg. Een typisch kenmerk van introverte mensen. Ze hebben gewoon meer tijd nodig om hun gedachten te formuleren. Door de groepsdruk haperde ik en achteraf voelde ik me altijd een kluns.

Mark Zuckerberg

In Nederland wordt schreeuwen, bravoure en leiderschap hoger gewaardeerd dan bezinning, observaties, beheersing en analytische betrouwbaarheid. Ik vind 'het ideaal' daar in doorgeslagen. Het is juist de balans tussen diverse persoonlijkheden die een team sterk maakt. Fatsoen en bescheidenheid zijn helemaal deugden die aan het devalueren zijn. Kijk wie de meeste aandacht in de media krijgen? De schreeuwers, de snelle praters, de hysterische dramaqueens en de onaangepasten. De Gordons, de Paul de Leeuws, de Holleeders. Je bent pas iemand als je je laat gelden, als je sluw bent, bot je mond open trekt en brutaal je mannetje staat. In de eerste helft van de twintigste eeuw werden stilte en (zelf)beheersing nog gewaardeerd. De huidige wereld is het speelveld van de extraverte mens; de doeners, de schreeuwers, de bitches en de pochers. De wereld houdt niet op met kletsen, terwijl een derde van alle mensen in



„Het keurslijf van de Rabobank is afgeworpen, als coach voor introverte mensen heb ik een nieuwe toekomst op oude fundamenten gebouwd.” FOTO STEFAN KOOPMANS

DOOR RON BUITENHUIS



wezen introvert is. En dat je daar ook heel succesvol mee kunt zijn, bewijst Mark Zuckerberg van Facebook bijvoorbeeld.

In 2014 zat ik tegen een burn-out aan, kreeg ik lichamelijke klachten. Ik was te meegaand en wilde me altijd aanpassen aan de verwachtingen van mijn managers, mijn vrienden, de straat, het dorp en de maatschappij. Waarom kon ik niet gewoon mezelf zijn? Ik was ook te meegaand in mijn relatie. Ik vond het wel handig als iemand anders de beslissingen nam, zonder me af te vragen: wat wil ikzelf eigenlijk? Ik heb na achttien jaar heel bewust afscheid genomen van de Rabobank. Dat is een heel grote stap voor een introvert iemand, die altijd controle, overzicht en zekerheden wil hebben. Maar ik voelde dat er iets drastisch moest veranderen, dat er een metamorfose nodig was. Dat is twee jaar geleden gelukt, doordat ik toen in aanraking kwam met NLP, dat

“

De wereld is het speelveld van de extraverte mens. De schreeuwers, de snelle praters, de hysterische dramaqueens en de onaangepasten. De Gordons, de Paul de Leeuws en de Holleeders.

Marlie Franssen

staat voor neurolingvistisch programmeren. Je leert hoe je emotionele problemen kunt oplossen door goed naar jezelf kijken: wat voel ik, wat ben ik, wat wil ik? Maar vooral ook door de manier waarop je communiceert: hoe zeg ik het en hoe kom ik over? Het maakt je bewust van de keuzemogelijkheden die je hebt in je leven.

Bruiloft

Sinds 2017 ben ik NLP-coach en geef ik hier in Horst cursussen, workshops en een-op-eencoaching, specifiek gericht op introverte mensen. Ik schrijf erover op mijn eigen site, voor NRC Carrière, op LinkedIn en voor de *Flair*. Ik begrijp maar al te goed waar introverte mensen tegenaan lopen, want ik ben het zelf nog altijd. Je zou verwachten dat ik van introvert nu meer extravert ben geworden, maar het tegenovergestelde is het geval. Omdat ik nu accepteer dat ik ben zoals ik ben, ben

ik losser in de omgang geworden, maar heb ik tegelijkertijd meer rust gevonden in mijn introversie. Er is nu geen stemmetje meer dat telkens zegt dat ik me moet aanpassen aan de verwachtingen van anderen. Ik zweet geen peentjes meer als ik aandacht krijg, op een podium sta, of op m'n eigen bruiloft het middelpunt ben. Maar dat neemt niet weg dat ik nog altijd graag op de achtergrond blijf. Het verschil is dat ik heb geleerd dat ik ook mijn mening mag geven, dat ik mijn grenzen mag stellen, dat ik niet per se honderd vrienden hoeft te hebben, dat ik op een feestje om 23.00 uur naar huis mag gaan omdat dan mijn batterij leeg is. Sommige mensen krijgen energie van *socializen*, introverte mensen kost het vaak energie. Ik heb rust nodig om mezelf weer op te laden. Veel mensen hebben juist actie en drukte nodig, ze leven naar het motto: *born to be wild*. Bij mij is het meer: *born to be mild*.

“

We worden van jongs af aan, ook op school, gepusht om teamplayers te zijn. En binnen de groep moet je assertief zijn, je plek weten te nemen, je mondje roeren, ad rem en competitief zijn.

Marlie Franssen