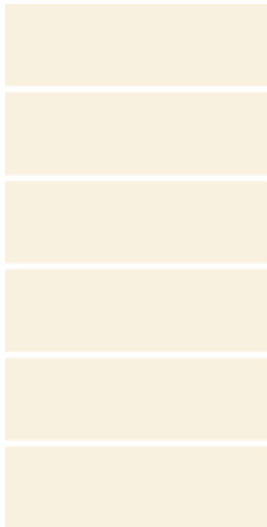




Knowledge is expensive,  
but realize what stupidity can cost you!



# (H)echte vriendschap ?!



## Vriendschap en therapeut?

**Tijd**, de meeste mensen hebben dit op de dag van vandaag niet meer ... Zowat iedereen loopt in de huidige maatschappij - als een soort balletdanser - dag in en dag uit op zijn of haar "tippen". **Luisteren, echt goed kunnen luisteren, vergt niet alleen TIJD, maar ook een vorm van innerlijke RUST.** En als **de nood (eigenlijk onze PIJN) te groot** wordt, gaan we met ons verhaal naar een therapeut. Die zal – weliswaar tegen betaling – luisteren. Zo is "luisteren" **een vak geworden** en daar is op zich niks mis mee, maar goed dat deze mensen er voor ons zijn.

(h)echte vriendschap

04-08-2014 pag.1

## Luisteren als perfecte communicatie, dreigen we te verliezen.

Wie anders dan je beste vriend / vriendin geeft **om jou** en is echt geïnteresseerd in jouw verhaal? Een boezemvriend-partner / vriendin-partner zal ongevraagd luisteren. Hij of zij zal je zoveel mogelijk jezelf laten zijn, je vrij laten in wat je zegt, **zonder te oordelen of veroordelen**.

Daarnaast verwacht jij niet dat je vriend/vriendin “een luisterdeskundige en/of therapeut” is, zoals je evenmin verwacht dat hij of zij het antwoord heeft op al jouw vragen. **Het gaat hier enkel over BETROKKEN LUISTEREN**. Al luisterend en met de juiste ‘OREN’ op, is hij of zij er speciaal voor jou en bekom je alle aandacht.

## Het gaat om ‘er zijn’

Geen enkele therapeut heeft een antwoord op al je vragen. Een goede therapeut – maar ook een echte vriend/ vriendin - kan zich **hooguit EMPATISCH inleven, zachtmoedig CONFRONTEREN en eerlijk aanmoedigen te blijven zoeken en door te gaan**. Meer dan bij wie dan ook mag je bij een vriend fouten maken en je kleine (en grote) kanten hebben. Zijn wie je bent of ‘maar’ bent. Hij of zij zal zijn geloof in jou niet vlug verliezen. Wel integendeel... en vanuit deze manier bezien schuilt er in elk van ons (zonder het bewust te zijn) een therapeut.

## Bijdragen aan elkaars ‘welzijn’

Ook jij kan dus véél betekenen voor familie, een partner, een vriend / vriendin of buur – **als je bereid bent GEWOON te luisteren**. Het luisterend oor laat de ander aan het woord en schept daarmee de ruimte die de ander nodig heeft om zelf het ‘antwoord’ te vinden. **Moet het nog gezegd dat elke duurzame relatie gebouwd is op “deugddoende en open” gesprekken? Ze vormen zonder enige twijfel duurzame bouwstenen voor sterke relaties**

**Vraag?** Hoe komt het dat we sommige communicatie van sommige mensen in bepaalde situaties als **een EIS, OORDEEL...** en dus **volstrekt gewelddadig ERVAREN** (zien, voelen, begrijpen) ... ook al is dit door hen meestal zo niet **BEDOELD**? Hoe zou het komen?

*Bewerkte tekst van Coachingkalender*

(h)echte vriendschap

04-08-2014 pag.2



### Eddy Claesen

Overnemen & Overlaten - Overnamecoach  
Family Business Advisor - Mediator  
Accountant - Tax Consultant

Kuilenstraat 16 • B-3600 Genk  
tel.: +32 89 32 91 10 • fax: +32 89 32 91 19  
eddy.claesen@claesen.be • www.claesen.be