

Buurvrouw



De chaostheorie meldt dat één vlinder een orkaan kan veroorzaken. We hebben nu een duidelijke illustratie: één vleermuis haalt met corona de hele wereld overhoop. Fascinerend. Zo kwetsbaar zijn we dus geworden met onze globale economie. Nu zitten we grotendeels thuis en draait de economie op onze software. Die ook virusgevoelig is. Welke zekerheden houden we nog over?

Als we ons richten op ons brein kunnen we twee kanten op redeneren.

- Als we ons nog veilig voelen, richten we ons op het positieve nieuws (ik ken nog niemand die besmet is, het valt dus wel mee) en negeren we het negatieve nieuws (veel besmettingen, maar de kans is nog steeds heel klein dat ik ook ziek word).
- Als we ons niet meer veilig voelen, richten we ons op ieder signaal dat erop kan duiden dat het onheil groter wordt. Dan is ieder kuchje verdacht. Ik nies nu regelmatig, maar dat doe ik altijd in deze tijd, tot vorig jaar heette dat hooikoorts. Nu denk ik: het zal toch niet corona zijn?

Hoe gaan we hier als A&O'er mee om? Het digitale contact is toch anders, vind ik. Als iemand voor me zit, zie ik veel eerder de tranen in de ogen dan wanneer ik naar een scherm kijk. Normaal zie ik de klant binnenkomen, hoe die gaat zitten. Dat zie ik nu allemaal niet. Ik mis dus signalen. Verder kunnen bepaalde onderwerpen niet aan bod komen. Vorige week sprak ik een CEO. Vaak hebben we het over wat er in zijn organisatie gebeurt en hoe hij daarmee om kan gaan, maar even vaak hebben we het erover of hij wil scheiden of niet. Dat laatste is nu niet aan de orde gekomen, hij skypepete vanuit huis.

We kunnen dus naar mijn idee minder goed ons werk doen dan in normale tijden. Aan de andere kant zie ik wel lichtpuntjes. Ik zeg soms tegen mijn klanten dat ik eigenlijk de buurvrouw vervang. Heel lang geleden praatte je daarmee, als je een probleem had. Maar die buurvrouw werd steeds onbekender, we leven steeds meer langs elkaar heen. Dan kom je eerder bij een psycholoog terecht als je je problemen eens in een ander licht wilt zien. Nu komt de buurvrouw weer in beeld, omdat ze ouder is en thuiszit, omdat jij ook thuiszit en nog wel boodschappen kunt doen. Je maakt weer eens een praatje, op anderhalve meter afstand. Je merkt hoe goed ze kan luisteren, hoe ze eerder een crisis te boven kwam.

Door de orkaan zie je de vlinder weer.

Joke Tacoma is chemicus, psycholoog en eigenaar van [Tacoma Coaching](#).
