

Hallo – Ronald Ligtenberg
Directeur en oprichter van Possibilize.

In dit half uur zal ik vertellen wat ik doe en waarom ik dat doe maar het zal niet zozeer over mij gaan want ik wil vooral een manier van denken toelichten. En daarom wil ik beginnen met te praten over ...

Slide - Problemen.

Wie van jullie heeft wel eens een probleem gehad?

En ik bedoel niet zozeer dat je been is afgehakt of dat je je vliegtuig hebt gemist op je huwelijksreis maar gewoon: een probleem.

Nou, nu weet ik dat er van die optimistische vrolijke mensen zijn die zeggen: je moet niet spreken van problemen maar van uitdagingen, sterker nog, ik ben er daar een van, maar ik stel voor dat we het komende half uur gewoon over problemen gaan praten. Want laten we wel wezen, er zijn soms nou eenmaal problemen. Soms gaan zaken niet zoals gepland, of is een situatie niet zoals je hem graag had gewild.

Er is een reden waarom wij problemen hebben. We hebben ze altijd gehad, en we zullen ze altijd hebben. Het is zelfs zo normaal dat we problemen hebben dat we niet eens meer raar opkijken als we er eentje hebben. Waardoor we ook niet eens meer gaan kijken naar **waarom** we problemen hebben.

Terwijl, als je zou weten waarom je problemen hebt, je er veel constructiever op kunt reageren. Vandaar dat ik in deze talk met jullie wil kijken naar waarom we eigenlijk problemen hebben.

Want weten dat je altijd problemen zult hebben, kan heel bevrijdend werken, dan hoef je je er ook niet meer slecht om te voelen, het is onderdeel van het menszijn. Wij zijn zo ontworpen dat we altijd problemen zullen hebben.

Slide: Mensen zijn ontworpen...

Ik heb zelf een literatuurstudie gedaan naar dit onderwerp, voornamelijk in de filosofie. Daarover praat ik jullie graag bij, te

beginnen met de inzichten van Samuel Johnson, die drie fenomenen ontleeft waarom wij problemen hebben:

Slide Verbeeldingskracht

1) verbeeldingskracht

Mensen hebben verbeeldingskracht, hetgeen ons onderscheidt van andere levende wezens. We zijn op elk willekeurig moment in staat om ons een nieuwe, betere situatie te verbeelden, eentje die beter is dan waar we ons nu in bevinden. Wij kunnen ons indenken hoe een situatie anders, mooier of leuker zou kunnen zijn.

En het maffe is, als we aan de slag gaan om onze situatie op die manier aan te passen en we hebben die gewenste situatie bereikt, kunnen we ons opnieuw inbeelden hoe die situatie **nog** beter kan. Plato omschreef mensen al eens als emmers met een gat in de grond. Slechts een enkel moment zijn we vol, daarna lopen we alweer leeg.

Het voordeel daarvan is dat we onze situatie voortduren kunnen aanpassen en verbeteren, en daarmee voorkomen we dat steeds weer tegen hetzelfde probleem aanlopen. We kunnen leren van onze fouten uit het verleden. Maar we ervaren wel het gevoel van een probleem.

Overigens: De problemen die wij hier in de Nederlandse samenleving hebben, gaan vaak niet over het hebben van genoeg eten of een dak boven ons hoofd. Ze komen voort uit de ambitie naar een betere situatie, en omdat we nu niet in die situatie zitten, vinden we dat we een probleem hebben. Maar dan is het wel goed te beseffen dat de situatie niet het probleem is, maar dat de wens eigenlijk het probleem is.

Slide: Leegheid

Volgens die Samuel Johnson, staat onze verbeeldingskracht voortdurend **aan**. We hebben constant gedachten. En omdat we voortdurend denken aan hoe het zou kunnen zijn, zijn we regelmatig ontevreden met hoe het NU is.

De meeste mensen kunnen maar heel moeilijk in een kamer zitten, rustig, tevreden en alleen. Want al heel snel, komt dan de gedachte op, vanuit onze verbeeldingskracht, hoe het beter zou kunnen zijn. En dat is een nare gedachte en dat willen wij mensen niet, daar word je ontevreden van.

En mensen zijn niet ontworpen om ontevreden te zijn, wij willen niet ontevreden zijn. En als we niet zien hoe we onze situatie direct kunnen veranderen, hebben we een oplossing bedacht: afleiding!

Kijk eens naar hoe technologie is ontwikkeld. Technologie is ontwikkeld om processen zoals bv dit webinar simpeler te laten maken. Maar wat doen we? We gebruiken technologie voortdurend om onszelf **af te leiden**. Onze telefoons staan vol met potentiële afleiders. Sommige afleiders, apps, worden zelfs zo ontwikkeld dat ze verslavend zijn. En er worden nu zelfs **apps** ontwikkeld voor je telefoon om ervoor te zorgen dat je **niet** afgeleid wordt door je telefoon

Al die afleiding is bedoeld om ons weg te leiden van de ervaring van de leegheid van ons bestaan, die ontevredenheid, die leeglopende emmer.

We zijn voortdurend op zoek naar bevestiging van het feit dat we er toe doen. We raken onze telefoons vaker dan onze echtgenoten, onze kinderen. Een reactie van de buitenwereld betekent namelijk dat we nut hebben, dat we een reden hebben om te bestaan. Je bent niet alleen, ergens zijn er mensen die van je houden, je die leuk vinden of in ieder belangrijk genoeg vinden om een berichtje te sturen.

Slide: lust naar vernieuwing

En tot slot, om die leegheid op te vullen, hebben we een lust naar vernieuwing ontwikkeld. Niets ergers dan verveling of sleur. Alles wat we bezitten, wordt op een gegeven moment saai. Zelfs iets waar je al heel lang naar verlangd hebt, wordt op een gegeven moment saai. Kijk naar de consumentenmarkt, en dan vooral naar de modewereld. De meeste van onze kleding kopen we niet omdat we het nodig hebben maar omdat we zijn uitgekeken op datgene wat we al hebben. Mode is een fenomeen dat bestaat bij de gratie van een consument die is uitgekeken op de eigen kledingkast. Hoe vaak sta je voor een kledingkast die uitpuilt van de kleding en je hebt toch de overtuiging dat je niets hebt om aan te trekken. En zie daar, weer een

probleem. Maar wederom, het probleem is niet de inhoud van je kledingkast maar het feit dat wij verveeld zijn geraakt.

Slide: Human Design: 1, 2, 3

Als je zo kijkt naar deze drie fenomenen, dan zou je kunnen concluderen dat wij knap verknipte figuren zijn.

We zijn voortdurend op zoek naar manieren om te ontsnappen van datgene waar we nu zijn, of van wat we nu hebben. We zijn voortdurend onderweg naar een situatie die wij ons verbeelden. Dat is hoe wij als mensen in elkaar zitten.

Nou zou je kunnen zeggen, laten we gewoon accepteren dat wij levende wezens zijn die altijd problemen hebben, dat wij levende wezens zijn die altijd iets anders willen. Zou je dan nooit meer problemen hebben?
Helaas niet, want als je accepteert dat je een probleem hebt, dan heb je dus een probleem.

Maar toch zou ik adviseren omdat wel degelijk te accepteren. Want als je niet accepteert dat je een wezen bent dat altijd problemen heeft, dan heb je een dubbel probleem.

Slide: Omarm het probleem

Het accepteren dat je altijd problemen zult hebben, lijkt misschien deprimerend maar het kan ook heel bevrijdend werken.

Problemen zullen er altijd zijn, kunnen nooit vermeden worden. Maar je kunt ze wel veranderen! Je kunt wel degelijk strategieën ontwikkelen om ze te reduceren, of de impact er van te managen.

Stap 1 als je ze wilt veranderen, is realistisch te zijn over je problemen, problemen erkennen en ze te accepteren.

Het zal nooit leuk worden, maar toch kun je in staat zijn ervan te genieten. Denk maar eens aan fitness, de pijn die je voelt bij die allerlaatste push, die laatste sprint. Het doet pijn, maar tegelijkertijd komt er energie vrij: dat is pijn die goed voelt. Of bv als je uit een hete

sauna komt, en je hele lichaam schreeuwt: GA NIET DAT KOUDE BADJE IN, en je doet het dan toch... dan voel je pijn die daarna meteen wordt omgezet in energie.

Slide: Spring plank

De beste innovaties zijn ontstaan doordat mensen problemen hebben gecreëerd of faalden in hun opzet. Soms wel duizenden keren. Thomas Edison faalde 1000 keer voordat hij erin slaagde een gloeilamp te laten branden. Hij zag het als een trap van 1000 treden.

Jullie zullen vast ook wel eens hebben ervaren dat je een plan had, dat niet door kon gaan, oftewel dat je een probleem had en dat je toen een alternatief moest bedenken en dat pakte zowaar nog beter uit dan hoe je het oorspronkelijk had bedacht.

Toen mijn eerste serieuze vriendin het uitmaakte, was mijn hart gebroken. Ik was 20 jaar oud en kwam een week mijn huis niet uit. Maar ik ben heel blij dat die relatie niet is doorgegaan want ik weet zeker dat ik dan niet tegen mijn huidige vrouw was aangelopen en laat dat nou net de meest fantastische vrouw in het hele universum zijn.

Bijna fatale ongelukken of bijna terminale ziektes, degene die ze overleven zullen vaak zeggen dat dat het beste is wat hen ooit is overkomen.

En dit is geen aanbeveling om levensgevaarlijke situaties op te zoeken maar ik ben een groot voorstander om alles te omarmen dat negatief is, of vervelend, of een obstakel, een drama, een probleem of frustratie want er is werkelijk geen betere springplank om naar het volgende level te komen dan een probleem dat op jouw pad komt.

En nog even, dat wil niet zeggen dat er geen verdriet of rouw mag zijn, dat is ten allen tijde maar het is goed om te beseffen dat er naast die rouw ook de keuze is om te kijken naar wat je hier mee kunt.

Slide Gandhi

Als je dan toch altijd problemen zult hebben, kun je er maar beter voor zorgen dat je problemen hebt, die de moeite waard zijn!

Problemen die je zelf uit kiest, inspirerende problemen.
Sommige mensen hebben als belangrijkste probleem dat ze elke dag 20 minuten in de file staan, andere mensen hebben als probleem dat ze India onafhankelijk willen maken. De problemen die je hebt, definiëren jou als mens. En daarom daag ik jullie uit om zelf je eigen problemen te creëren, ipv dat anderen dat voor jou doen.

Want problemen die je zelf creëert, zijn vaak veel leuker:
Stel je hebt een prima leven, niets aan de hand. Maar dan wil je ineens op vakantie: probleem 1: waar ga je heen, hoe moet je daar komen, ga je naar een land waar je de taal van spreekt. Omdat je het probleem zelf hebt gecreëerd, is het vaak veel leuker en makkelijker om een oplossing te vinden. En zo is het met heel veel problemen in ons leven, alleen zijn we vaak vergeten dat we dat probleem zelf hebben gecreëerd. Je hoeft geen promotie te maken, je hoeft geen vakantiereis te maken, je hoeft geen dure auto te rijden of in een groot huis te wonen. Dat is je eigen keuze geweest.
Wij willen nou eenmaal van alles, en dat is mijns inziens ook gezond, het zorgt ervoor dat we ons kunnen ontwikkelen.

Slide - Opzettelijk problemen veroorzaken

En dat is waarom ik mijn eigen probleem heb gecreëerd, omdat ik me zelf wilde ontwikkelen. Ik was nieuwsgierig, benieuwd hoe het zou zijn. In 2003 werkte ik in een poppodium in Rotterdam, Nighttown en was toe aan een nieuwe uitdaging in mijn leven en dacht, wat zou nou een mega grote uitdaging zijn in mijn wereld van muziek?
En zo kwam ik op het idee om een muziekevent voor doven en horenden te organiseren, tegenwoordig bekend onder de naam Sencity

Slide - Sencity

Het is een zintuigprikkelend event, voor doven én horenden.

....

....

Slide - cocreation

Cocreation with deaf people

....

....

Slide Sencity - clip

Slide – follow up

Deze clip is 2012, we zijn nu in 2020 en op dit moment is de stichting een platform voor projecten waarin een beperking een inspiratieborn vormt.

Seeing the unseen

Connact

Workshops lichaamstaal met dove trainers

Partofit

Boek geschreven

Recentelijk CAN

Slide Beperking of talent

Nog even terug naar workshops lichaamstaal, gegeven door dove trainers. Lora zal daar zo meteen meer over zeggen maar ik wil graag nog iets zeggen waar dit vandaan komt:

Je hoort wel mensen wel eens zeggen: kijk niet naar wat je niet kunt, kijk naar wat je wel kunt. Wij trekken dat nog iets verder en zeggen: 'er is dat je niet kunt, en wat kun jij daardoor beter?'

Doven zijn in staat om dwars door ons ogen heen te kijken en datgene dat wij denken te maskeren met woorden, direct te ontcijferen omdat onze lichaamstaal ons altijd zal verraden. Doven zien dat omdat ze al een hun hele leven daar afhankelijk van zijn. En dat is een gave die Lora graag inzet om ons authentieker te laten communiceren.

Kijk, 1 op de 5 mensen heeft een beperking. Wat gaan we daarmee doen? Gaan we die buiten onze samenleving plaatsen? Niemand zal zeggen, ja laten we die buitensluiten. Maar door onze samenleving niet toegankelijk te maken, doen we dat passief juist wel. Net zoals je nu mensen hoort zeggen rondom die toestanden in de Verenigde Staten: 'white silence is violence'.

Met Possibilize willen wij niet alleen de samenleving toegankelijk maken maar ook de talenten die ontstaan doordat iemand een beperking heeft, opsporen en benutten. En ik wil jullie uitnodigen dat ook te doen.

Problemen zullen er altijd zijn, maar mijn advies is om dat te omarmen en ze te zien als een bron van inspiratie, als een springplank naar het volgende level.

Een open mind en nieuwsgierigheid, dat is alles wat je nodig hebt.

Natuurlijk is het altijd prettig dat als je iets wilt, iemand met een zak geld om de hoek komt, of tegen je zegt, weet je wat, jij krijgt 3 maanden vrij om je helemaal hier op te storten. Maar de realiteit bij een doorsnee innovatie is: er is **geen** geld, **geen** tijd en eigenlijk **wil** niemand ook iets veranderen.

En dat is ok! De beste innovaties ontstaan vanuit dat alles tegenzat: In tijden van oorlog, van armoede of recessie.

Slide beste innovaties –

Baby Incubator story – als er nog tijd is...

.....

.....

...

Daarom wil ik afsluiten met het statement:

Slide: Problemen hebben, is het beste dat je kan overkomen.

Meteen erna:

Slide: Spring er in, omarm het, onderzoek het, en leer ervan.

Meteen erna

Slide: Nooit ontwijken, Love it!