

# Schaam je je al?

Jente wil weten hoe het voelt. Zij deed een rollenspel bij Lilian Bakker. Een zit van 40 minuten, met Aurelie als observator.

'Het lijkt me een ongemakkelijke ervaring. Ik heb een hekel aan acteren.' 'Dat geeft niet, want wat je speelt is echt', had Aurelie me nog op het hart gedrukt. Als ik maar niet ga huilen, denk ik als ik tegenover haar zit.

Lilian vraagt me een moeilijke werksituatie voor ogen te nemen, bijvoorbeeld een gesprek 'waarbij je niet lekker zat'. Maar ik kan niets verzinnen. Mijn hoofd is volkomen leeg. 'Wat wel gek is', zeg ik dan, 'dat ik vaak last heb van schaamte na een interview, terwijl ik als journalist al behoorlijk veel interviews heb gevoerd. Meestal verlopen die gesprekken prima, soms heel goed. Toch voel ik die schaamte daarna.'

'Hoe voelt die schaamte?', vraagt Lilian, 'Wat valt je dan op?'

'Ik ben vreselijk kritisch en als er in een goed gesprek een moment is geweest dat ik aarzelde of even niet adequaat reageerde, dan onthoud ik vooral dat ene moment. In een slecht gesprek komen meer van dat soort momenten voor, dus is de schaamte daarna groter.'

'Wanneer heb je een slecht gesprek?'

**'Als ik tegenover iemand zit die vreselijk arrogant is of op een andere manier moeilijk benaderbaar. Als je een gesprek moet voeren zonder dat er contact is.'**

'Ja. Dan gaat er bij mij ook iets op slot.'

Er schiet me een interview te binnen met een Amerikaanse schrijver, in opdracht van een krant. Zijn debuut was wereldwijd een enorme hype en het succes was hem gaan vervelen. Kauwend op een tandenstoker gaf hij korte onzin-antwoorden op mijn vragen.

'O, dat kan ik wel neerzetten, hoor', zegt Lilian. 'Een arrogante bitch.' Ze noemt de naam van een Nederlands actrice – een harde, succesvolle vrouw – slaat haar benen over elkaar en begint.

Zo nu en dan moet ik lachen om haar ongenueanceerde, zelfingenomen antwoorden op mijn vragen. Soms weet ik even niet wat ik moet zeggen.

'Het ging natuurlijk niet perfect', zeg ik na afloop, 'toch vond ik het wel meevallen eigenlijk.' Ik heb niet gehuild, bedoel ik.

'Je moest een paar keer lachen he?', zegt Lilian. 'Dat zijn momenten waarop je tegen je eigen beeld aanloopt, dat je denkt: wat moet ik hiermee? Zo'n interview gaat natuurlijk ook over jou. En het viel me op dat je een paar keer erg aan het denken was, dat je je strategie moest bepalen. Een keer zei je 'ik ben er even uit'. Dat zijn natuurlijk interessante momenten, want wat gebeurt er dan met jou?'

**'Je had me in een hoek geluld', zeg ik.**

'Ja maar het is geen woordenstrijd', zegt Aurelie. 'Je wil weten wie die vrouw is en daar ben je een paar keer aangekomen. Ik zag dat je een gevoelige snaar raakte, iets wat pijnlijk was voor de actrice. En dat deed je op een integere manier, want er zijn grenzen aan hoeveel we aan de pijn van andere mensen mogen komen. Waarschijnlijk hebben weinig mensen simpelweg aan die vrouw gevraagd: "Ben je gelukkig? Gaat het wel goed met je?"'



Jij doet dat wel, op je eigen manier. Je gevoeligheid is je kracht.  
Waarom laat je die niet meer toe?’

**Het is die schaamte. ‘Ik wil een lean mean machine zijn’, zeg ik dan.**

Ze lachen.

## Completer mens

Aurelie stelt voor om het rollenspel nog een keer te doen. Met tegenzin stem ik toe. Het is vermoeiend. Halverwege het tweede interview wordt het weer leeg in mijn hoofd en stop ik om uit te leggen wat er gebeurt.

‘Ga nu maar weer verder’, zegt Aurelie dan, en vanaf dat moment gaat het vanzelf.

Ik herken het gevoel van goed lopende interviews uit het verleden, als nadenken niet meer nodig is en het gesprek zich op een natuurlijke manier ontvouwt en verdiept.

‘Je was heel open’, zegt Aurelie daarna, ‘en niet meer ‘de journalist’. Je vragen waren zo mooi en rustig.’

‘Dit ging een stuk organischer’, zegt Lilian, ‘we bogen met elkaar mee en je kreeg me zover om meer van mezelf te laten zien.’

‘Omdat je een rol speelde was het misschien gemakkelijker voor me’, zeg ik. ‘Je praatte niet echt over jezelf.’

Lilian: ‘Dat denk ik niet. Er zijn altijd mensen die zeggen: “Ja, maar het is kunstmatig, het is niet echt.” Dat is dus niet zo, want je gedraagt je zoals je bent en ik reageer op wat je aanbiedt.

Dat kun je niet simuleren, hoor.’

**‘Je had nog bitchier kunnen zijn.’**

‘Dat klopt’, zegt ze, ‘maar er zijn momenten in zo’n rollenspel dat je keuzes moet maken in wat je de ander wil laten voelen. Want ik kan jou niets vertellen en onvriendelijk blijven, maar dan voel je niet wat er met mij gebeurt op het moment dat je iets te pakken hebt wat organisch klopt. Als trainingsacteur word ik elke keer weer verrast door wat mensen me aanbieden als ze werkelijk in contact zijn.’

Laatst nog, toen Lilian met een groep young professionals werkte. Daar zat een keiharde juriste tussen. ‘Een Russin, heel ambitieus, heel disciplinair opgevoed. Nou, met haar heb ik hard moeten werken om bij haar diepere gevoelens te komen. Maar na drie rollenspellen is het wel gelukt. Hopelijk maakt dat haar uiteindelijk een completer mens. Want dat soort mensen kunnen echt uit de bocht vliegen in hun carrières. Die zijn vreselijk goed in hun vak, maar worden ontoegankelijk en onuitstaanbaar en kunnen geen relaties meer aangaan, omdat ze niet meer verbonden zijn met hun emoties.’

**‘Wat doe je als iemand emotioneel wordt of helemaal dichtklapt?’**

‘Dan laat ik mijn rol even los, want dan gebeurt er zo veel met iemand. Op zo’n moment is het belangrijk om te benoemen waarom iemand dichtslaat of waarom hij gaat huilen. Vaak moet ik het daarna laten rusten. Je moet mensen de kans geven om erover na te denken. Het zindert echt wel na.’

Aurelie: ‘Wat je ervaart tijdens een rollenspel heeft tijd nodig om te integreren. Bij jou ging het snel, maar je had wel een twijfelmoment, de tweede keer, toen je er eigenlijk graag mee op wilde houden. Je stopte en ging uitleggen hoe het komt dat je bent zoals je bent. Maar het heeft niet altijd zin om te analyseren, dat houdt je in het verleden. Soms is het nodig iets te dóen. Daarom is het goed dat ik erbij zit, zodat ik kan zeggen: “Hup, en nu verder gaan.”’

‘En?’, vraagt Lilian bij het afscheid. ‘Schaam je je al?’ ‘Nee’, zeg ik, maar dat komt nog wel, denk ik erbij. Straks, als ik op de fiets zit.

Maar op weg naar huis, en ook daarna, blijft de schaamte uit. Al fietsend betrap ik mezelf op hardop zingen. Dat doe ik nooit. Normaal gesproken vind ik dat verschrikkelijk gênant.

