



■ Inge Brokerhof

Mentale tijdreis naar je future work self

We reizen massaal de wereld over en gaan zelfs de ruimte in, maar reizen in de tijd kan de mens nog niet. Of...toch wel? Als mens kunnen we niet alleen fysiek maar ook mentaal reizen. Een unieke kwaliteit. Mentaal tijdsreizen is dus wél mogelijk. Sterker nog, het is van essentieel belang: we kunnen leren van het verleden en plannen maken voor de toekomst. We kunnen toekomstscenario's schetsen en daar nu al naartoe werken. Ook je toekomstige werkidentiteit, je *future work self*, kun je nu al verkennen en vormgeven. Verhalen zijn daarvoor een uitstekende inspiratiebron.

In organisaties is plannen maken voor de toekomst een essentieel onderdeel van de strategie. De wereld verandert snel en daar moeten bedrijven op inspelen. Meer en meer zien we het belang van een heldere toekomstvisie die bovendien flexibel is. Op persoonlijk niveau geldt dit ook: de werknemer van de toekomst moet kunnen meebewegen met veranderingen. Onze werk- of carrière-identiteit (wie wij zijn in relatie tot ons werk) staat daarin centraal en fungeert als een persoonlijk kompas.

Het dialogische zelf

In de wetenschap bestaan er verschillende manieren om naar identiteit te kijken. Sommige elementen van persoonlijkheid zijn relatief stabiel, zoals de *Big Five* van karaktereigenschappen, terwijl andere juist dynamisch en contextafhankelijk zijn, zoals de rollen die iemand vervult of de doelen die iemand stelt. Zo ben ik zowel ambitieus als lui, geef ik supervisie aan anderen en ontvang ik supervisie van mijn manager, wil ik onderzoeken in mijn werk, maar ook juist creëren. Het is soms best een kunst om al deze kanten, deze identiteitsposities, succesvol te combineren.

Een dialogische kijk benadrukt de pluriformiteit van onze identiteit. Om balans te vinden tussen diverse identiteitsposities gaan we intern een dialoog aan: welke 'ik' is nu het meest dominant? En om eenheid te scheppen, creëren we een verhaal, onze narratieve identiteit en deze verandert voortdurend. We maken nieuwe dingen mee die onderdeel worden van wie we zijn: een nieuwe baan, of juist ontslag, een succes of juist iets wat mislukt. Bij het herschrijven van ons verhaal, veranderen we niet alleen ons huidige verhaal, maar ook onze eigen geschiedenis en onze kijk op de toekomst. Want de lege pagina voor ons, de nog niet bewandelde weg, zijn we ook mentaal al aan het schrijven, maar vaak niet eens bewust.

Het belang van je future work self

Het feit dat we ons minder bewust zijn van toekomstige veranderingen, noemen Quoidbach, Gilbert en Wilson (2013) onze *end of history*-illusie: het idee dat onze persoonlijke geschiedenis ons leidt naar waar we nu staan, dat we verwachten dat we qua persoonlijkheid en identiteit in de komende jaren minder zullen veranderen dan we in werkelijkheid doen. Een denkfout waardoor we soms moeite hebben met vooruit kijken en we veranderingen in onze toekomstige identiteit onderschatten. Toch blijven we veranderen. Hoe we daarop anticiperen is belangrijk, want hoe we denken over de toekomst – of het nou een gewenste, een gevreesde of een verwachte toekomst is – heeft invloed op de keuzes die we maken en wie we daadwerkelijk zullen zijn. Het onderzoek van Strauss, Griffin en Parker (2012) toont bijvoorbeeld aan dat het bewust kunnen verwoorden van ons gewenste *possible future work self* – wie we hopen of verwachten te zijn in onze toekomstige carrière – een grotere kans geeft op succes. Je werktoekomstbeeld stimuleert proactief gedrag en beïnvloedt de carrièrekeuzes die je nu maakt. Het fungeert daarmee als een kompas dat richting geeft aan je eigen toekomst.

Een andere invalshoek of interpretatie is soms een echte eyeopener

Identity play

Bewustwording van je future work self doet er dus toe. Tegelijkertijd moet er balans zijn tussen concreet vooruitkijken en flexibel blijven om beter in te spelen op veranderingen. Dit artikel begon met de metafoor van een mentale ontdekkingsreis naar je persoonlijke toekomst. Deze metafoor is niet voor niets gekozen. Zo'n mentale reis is namelijk exploratief, open en speels. En

dat kan de verkenning van je future work self ook zijn. Ibarra en Petriglieri (2010) noemen deze speelse kant van identiteitsontwikkeling *identity play*: het actief uitproberen en testen van diverse mogelijke possible future selves. Dit is een proces waarin iemand als het ware 'flirt' met verschillende toekomstige identiteiten. Verhalen kunnen hierbij een fantastische inspiratiebron zijn. Als je over jezelf in de toekomst denkt, is dit immers ook een soort verhaal.

Speelse identiteitsverkenning via verhalen

Schrijver C.S. Lewis zei ooit: "In goede literatuur, word ik duizend verschillende mensen maar toch blijf ik mezelf." Als je geboeid bent door een boek, een verhaal dat iemand vertelt of een film, krijg je inzicht in de emoties, gedachten en ervaringen van de hoofdpersoon of verteller. Je ziet de wereld letterlijk vanuit een nieuw perspectief. Verschillende studies hebben aangetoond dat we op die manier ons empathisch vermogen ontwikkelen en andere mensen beter begrijpen. Maar we leren ook iets over onszelf. Verschillende mechanismen spelen hierbij een rol. Zo worden we sterker beïnvloed als we helemaal 'opgaan' in een verhaal of als we ons met de hoofdpersoon kunnen identificeren. Een boek wordt dan een soort simulatie, waarin we een stukje levenservaring opdoen. We kunnen bovendien ons zelfbewustzijn tijdelijk loslaten, waardoor we onze identiteit letterlijk uitbreiden. Dan worden we bijvoorbeeld even één met de hoofdpersoon van een film en nemen we een stukje van hem of haar mee in onze eigen identiteit. Zo kunnen verhalen een verkenningstrek worden naar nieuwe identiteiten en een mogelijke toekomst.

De invloed van verhalen op werkidentiteit

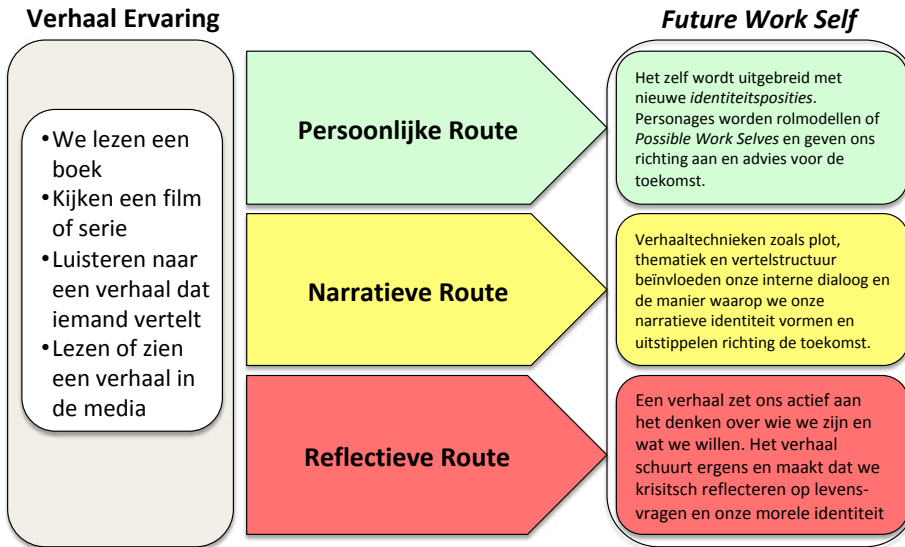
Er zijn verschillende manieren waarop verhalen onze werkidentiteit beïnvloeden. In een conceptuele en kwalitatieve studie vroegen we studenten en *young professionals* uit

diverse sectoren welke verhalen – met name boeken, films en televisieseries – invloed hadden gehad op hun carrière-identiteit. Hieruit kwamen drie dominante beïnvloedingsroutes naar voren: de persoonlijke, de verhalende en de reflectieve route (zie figuur 1).

De persoonlijke route

In de persoonlijke route worden we beïnvloed door de personages in verhalen. Deze worden rolmodellen of zelfs *possible selves*. Deze route komt veel voor. Bij het maken van een moeilijke keuze vragen we ons soms af: wat zou mijn vader of moeder in deze situatie doen? We hoeven daarbij onze vader of moeder niet altijd direct om advies te vragen, want onze ouders maken vaak deel uit van onze identiteit. Hermans (2014) noemt dat deel het 'externe domein van het zelf'. Fictieve personages kunnen daar ook onderdeel van worden en gaan fungeren als externe adviseur of rolmodel. Ook kunnen gedrag en karaktertrekken van personages ons inspireren. En tenslotte kunnen (fictieve) personages zelfs possible future work selves worden en daarmee een centraal onderdeel van onze toekomstige werkidentiteit worden. Voorbeelden:

- Het wijze, oude schoolhoofd Albus Perkamentus (Dumbledore in de Engelse uitgave) uit de *Harry Potter*-boekenreeks wordt vaak gezien als rolmodel. Voor de beweging '*What Would Dumbledore Do*' is Perkamentus zo'n adviseur of rolmodel binnen het externe domein van het zelf.
- Een salesmanager vertelt dat de Disneyfilm *Mulan* haar altijd inspiratie heeft gegeven, en dan vooral Mulan's moed en haar lef om door te gaan in een moeilijke situatie. Zo dapper wil ik ook worden, dacht ze toen ze de film op jonge leeftijd zag. Nu denkt ze daar soms nog aan als het tegenzit.



Figuur 1. Invloed van verhalen op onze future work self

Tips voor persoonlijke route

Wat de persoonlijke route kenmerkt, is dat we (delen van) verhaalpersonages toevoegen aan onze identiteitsposities – een extra adviseur, een possible self of een karaktertrek die we herkennen bij onszelf of juist graag willen ontwikkelen. Heb jij (fictieve) personages in boeken, films of verhalen die jou aanspreken? Wat spreekt je dan aan? Denk actief na over hoe het zou zijn om in de schoenen van die hoofdpersoon te staan, wat je van bepaalde personages kunt leren en hoe je dat zou willen toepassen in je eigen leven.

De narratieve route

Mensen groeien niet alleen op met boeken en films, maar ook met familieverhalen, ideologieën en sprookjes. In de narratieve route worden we niet beïnvloed door individuele personages, maar door hoe

verhalen verteld worden. Verteltechnieken zoals plot, structuur of de thematiek in het verhaal kunnen de manier waarop we ons eigen verhaal vormgeven, beïnvloeden. Aangezien onze identiteit pluriform is en bestaat uit allerlei identiteitsposities (zoals rollen, possible selves, doelen, karaktereigenschappen), is het verhaal dat we over onszelf vertellen belangrijk voor onze interne dialoog en om een gevoel van continuïteit te creëren. Ook als we nadenken over onszelf in de toekomst, gebruiken we – vaak onbewust – verhaaltechnieken uit de verhalen die we hebben gehoord, gelezen of gezien. Voorbeelden:

- In de film *The Pursuit of Happiness* werkt Chris Gardner zichzelf vanuit een uitzichtloze situatie als dakloze op tot een succesvolle carrièreman. Dit is een klassiek voorbeeld van een *redemptive story*, een verlossend verhaal, dat volgens persoonlijkheidspsycholoog Dan McAdams (2013) dominant is in

de Amerikaanse cultuur. Een student gebruikt dit verhaal als motivatie om hard te werken aan z'n ambities. Voorbeeld:

- Een bekend plot is het verhaal waarin de hoofdpersoon een draak of monster moet verslaan. Een stagiaire vergelijkt haar dominante en onbetrouwbare baas met het zeemonster Ursula uit *De Kleine Zeemeermin*. Ze besluit zich niet te laten misleiden door haar valse beloftes en haar in de toekomst voorbij te streven.

Als je over jezelf in de toekomst denkt, is dit immers ook een soort verhaal

Tips voor narratieve route

Wat de narratieve route kenmerkt, is dat we verhaaltechnieken gebruiken voor onze interne dialoog: welke 'ik' krijgt de overhand en waarom? Daarnaast putten we uit verhalen voor onze narratieve identiteit, waarin we ons persoonlijke verleden, het heden en onze toekomst met elkaar verbinden. Je kunt dit ook actief inzetten om over de toekomst na te denken: wat zijn de hoofdthema's van jouw verhaal en hoe beïnvloeden die je verwachtingen voor de toekomst? Kies een ander plot, thema of genre en ontdek wat er gebeurt er met jouw levensverhaal.

De reflectieve route

Als we beïnvloed worden via de reflectieve route, zien we personages niet klakkeloos als rolmodellen en gebruiken we niet (onbewust) een bekende plotstructuur voor ons eigen verhaal. Bij deze route leiden de verhalen tot

actieve en soms kritische reflectie van onze identiteit. In het dialogisch zelfbeeld nemen we hierbij een 'metapositie' in: we kijken als het ware vanuit een helikopterperspectief naar wie we zijn en wat we willen in het leven. Dit gebeurt vooral bij verhalen die ons uitdagen of verrassen. Het zijn dus vaak niet de boeken of films waarin we ontspannen kunnen ontsnappen aan de werkelijkheid, maar complexe verhalen of verhalen met een twist. De reflectieve route is zeldzamer dan de andere routes omdat die ons meer moeite kost. Voorbeelden:

- Een jonge salesmanager leest het verhaal *Blessed Assurance* van Allan Gurganus. In dit korte verhaal kijkt de hoofdpersoon terug op zijn leven en dan vooral op zijn eerste baan bij een moreel dubieus bedrijf. Vijftig jaar later heeft de hoofdpersoon nog steeds enorme spijt van deze periode. De salesmedewerker kijkt hierdoor kritisch naar zichzelf: hoe zal ik over vijftig jaar op mezelf terugkijken? Ben ik nu eigenlijk wel 'goed' bezig?
- Een jonge medewerker aan een universiteit ziet dat het in zijn onderzoeksteam steeds minder draait om inhoud en steeds meer om publiceren en presteren. Hij werkt hard en doet zijn best om zo succesvol mogelijk te zijn. Als hij Kafka's verhaal *De Gedaanteverwisseling* leest, herkent hij zichzelf in de hoofdpersoon en realiseert hij zich dat hij ook vastzit in een onprettige positie. Hij denkt na hoe hij andere kanten van zichzelf kan ontwikkelen in zijn werk en carrière en gaat het gesprek aan met zijn professor.

Tips voor reflectieve route

Wat de reflectieve route kenmerkt, is dat het vaak ergens schuurt in een verhaal. Je merkt dat je eigen morele opvattingen

botsen met die van een fictief persoon of het herinnert je aan een moeilijke situatie. Onderzoek dan wat er in het verhaal bij jou schuurt en reflecteer: waar wringt het voor mij? Waardoor komt dat? Door met andere mensen te praten over een complexe film of een provocerend boek kun je samen nog meer diepgang bereiken. Een andere invalshoek of interpretatie is soms een echte eyeopener. Daarnaast kunnen verhalen helpen bij morele reflectie en bij de zoektocht naar zingeving. Hoe wil ik straks terugkijken op mijn leven? Wat voor levensverhaal wil ik dan geschreven hebben?

Blik op de toekomst

Als we alleen ons eigen verhaal, onze geschiedenis van wie we zijn, gebruiken om naar de toekomst te kijken, doen we onszelf te kort. Boeken, series en films, maar ook verhalen van anderen om ons heen geven ons nieuwe impulsen. We duiken in het hoofd van een (fictief) personage en zien de wereld in een nieuw licht. Vaak zijn we ons hier niet eens bewust van. En dat is prima. De speelse interactie met een boek of film maakt dat we even losbreken uit onze bestaande denkpatronen en flexibeler worden in het creëren van ons verhaal. Maar we kunnen verhalen ook actief gebruiken om te reflecteren op de toekomst. In een recente studie vonden we bijvoorbeeld dat het lezen van een positief werkverhaal van iemand met een chronische ziekte de duurzame inzetbaarheid kan vergroten van mensen met dezelfde aandoening. Deelnemers vonden het dan makkelijker om een langetermijnvisie ten opzichte van werk te ontwikkelen. Dat gebeurde echter alleen als mensen naar aanleiding van het verhaal over zichzelf gingen nadenken. Verhalen actief gebruiken is dus

Welk 'ik' krijgt de overhand en waarom?

zinnig. Dat geldt ook in de organisatiecontext. Zo kan een verhaal ons helpen even mentaal los te breken uit ons huidige functieprofiel. Of kunnen we vanuit een nieuw perspectief bewuster reflecteren op ons carrièrepad. En met zo'n bewuster én flexibeler werktoekomstbeeld kunnen we beter inspelen op veranderingen in organisaties en de arbeidsmarkt. Dus: lees een boek of kijk een film. Daag jezelf uit en ga op een speelse mentale tijdsreis naar je future work self. ■

Dit artikel is gebaseerd op een studie geschreven door Inge Brokerhof (Vrije Universiteit Amsterdam), Matthijs Bal (University of Lincoln), Paul Jansen (Vrije Universiteit Amsterdam) en Omar Solinger (Vrije Universiteit Amsterdam).

Referenties

- Brokerhof, I., Bal, P.M., Jansen, P., & Solinger, O. (2018). Fictional Narratives and Identity Change: three pathways through which Stories influence the *Dialogical Self*. In *Dialogical Self: Inspirations, considerations and research*, pp. 29-57. Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II.
- Hermans, H.J.M. (2014). Self as a Society of I-Positions: A Dialogical Approach to Counseling. *The Journal of Humanistic Counseling*, 53(2), pp. 134-159.
- Ibarra, H., & Petriglieri, J.L. (2010). Identity work and play. *Journal of Organizational Change Management*, 23(1), pp. 10-25.
- McAdams, D.P. (2013). *The redemptive self: Stories Americans live by-revised*

and expanded edition. Oxford: Oxford University Press.

- Strauss, K., Griffin, M.A., & Parker, S.K. (2012). Future work selves: How salient hoped-for identities motivate proactive career behaviors. *Journal of applied psychology*, 97(3), 580.
- Quoidbach, J., Gilbert, D.T., & Wilson, T.D. (2013). The end of history illusion. *Science*, 339(6115), pp. 96-98.



Inge Brokerhof is onderzoeker, spreker en schrijver. Haar onderzoek bevindt zich op het snijvlak van organisatiepsychologie, retorica en narrative studies en kijkt naar de invloed van verhalen op diverse werkfactoren zoals (werk) identiteit, duurzame inzetbaarheid en moreel leiderschap. Ze heeft binnen dit onderzoeksveld gewerkt bij The University of Bath en Harvard Business School.

i.brokerhof@gmail.com