



KLASSEN & CO

Vertrouwen op wie je bent

Geen mens wordt geboren met zelfvertrouwen.

Een pasgeboren kind weet niet wat het kan. Het kent geen succes of falen. Het vergelijkt zichzelf niet met anderen en vraagt zich niet af of het goed genoeg is. Toch gebeurt er vanaf de eerste dag iets wat van grote betekenis zal zijn voor de rest van zijn leven.

Nog voordat een kind woorden begrijpt, ervaart het hoe het wordt ontvangen. Het wordt vastgehouden, gevoed, getroost en aangekeken. In die duizenden kleine ontmoetingen ontwikkelt zich langzaam een ervaring die zich moeilijk onder woorden laat brengen, maar die diep in een mens verankerd kan raken: de ervaring dat je er mag zijn. Juist die ervaring doet basiszekerheid groeien.

Basiszekerheid heeft weinig te maken met wat iemand kan en alles met wie iemand is. Zij ontstaat niet doordat een kind complimenten krijgt of leert dat het bijzonder is. Zij groeit in de ervaring dat het welkom is, ook wanneer het huilt, bang is, faalt of niets bijzonders presteert. Nog voordat een kind zichzelf leert waarderen, heeft het lichaam al iets geleerd over veiligheid, verbondenheid en bestaansrecht.

Pas veel later ontstaat zelfvertrouwen. Dat groeit wanneer we leren, oefenen en ervaring opdoen. Een kind leert fietsen, een musicus leert zijn instrument bespelen en een sporter ontwikkelt zijn techniek. Iedere nieuwe ervaring vergroot het vertrouwen in wat iemand kan. Dat is een gezonde en waardevolle ontwikkeling. Zonder zelfvertrouwen wordt het moeilijk om verantwoordelijkheid te nemen of nieuwe uitdagingen aan te gaan.

Toch rust zelfvertrouwen altijd op iets. De vraag is niet alleen hoeveel vertrouwen iemand heeft, maar ook waarop dat vertrouwen is gebaseerd.

Wanneer zelfvertrouwen volledig afhankelijk wordt van prestaties, succes of waardering van anderen, ontstaat een kwetsbaar fundament. Zolang het goed gaat, lijkt er weinig aan de hand. Maar wanneer het leven tegenzit, wanneer iemand faalt, ziek wordt of wordt afgewezen, kan ook dat zelfvertrouwen wankelen. Niet omdat iemand minder waard is geworden, maar omdat zijn eigenwaarde ongemerkt verbonden is geraakt met wat hij doet.

Basiszekerheid maakt iets anders mogelijk. Wie diep van binnen heeft ervaren dat hij er mag zijn, hoeft zijn bestaan niet voortdurend te bewijzen. Dat betekent niet dat hij geen spanning kent of nooit twijfelt. Ook mensen met basiszekerheid kunnen onzeker zijn, fouten maken en verdriet ervaren. Het verschil is dat hun eigenwaarde niet iedere keer opnieuw op het spel staat.

Juist daardoor ontstaat ruimte om werkelijk te leren. Fouten hoeven niet langer koste wat kost vermeden te worden. Feedback wordt minder snel ervaren als een persoonlijke afwijzing. Verlies hoeft niet te betekenen dat je jezelf verliest. Misschien is dat wel de reden waarom mensen met een stevig fundament vaak nieuwsgieriger kunnen blijven, gemakkelijker verantwoordelijkheid nemen en vrijer durven handelen.

Dat betekent niet dat basiszekerheid en zelfvertrouwen tegenover elkaar staan. Integendeel. Zelfvertrouwen is een prachtig vermogen. Een chirurg moet kunnen vertrouwen op zijn vakmanschap, een musicus op zijn techniek en een leider op zijn ervaring. Maar juist wanneer dat zelfvertrouwen rust op een diepere basiszekerheid, ontstaat er vrijheid. Dan hoeft succes niet voortdurend te bewijzen wie je bent en hoeft falen je niet onmiddellijk aan jezelf te laten twijfelen.

Misschien is dat de reden waarom basiszekerheid zo'n belangrijke plaats inneemt in mijn manier van mensen waarnemen. Niet omdat zij alle problemen voorkomt, maar omdat zij een fundament legt waarop een mens zijn hele leven mag blijven bouwen.

Zelfvertrouwen helpt ons te vertrouwen op wat we kunnen. Basiszekerheid is het vertrouwen in wie we zijn. Duurzame ontwikkeling ontstaat daar waar beide met elkaar verbonden raken.

Roel Klaassen, Juli 2026