

De kracht van stilte

Voorwaarde voor goede communicatie in geestelijke zorg?

De auteur beschrijft in dit essay de kracht van stilte als voorwaarde voor goede communicatie in geestelijke zorg. Zij gebruikt hiervoor drie beeldende argumenten (klankschaal, bedding en brug) en verbindt deze met begrippen als resonantie, spiritualiteit en verbinding. Ook verwoordt de auteur welke argumenten er zijn om stilte juist niet in te zetten. Haar conclusie is dat stilte wezenlijk en weerbaarstig is en aan de persoon van de geestelijk verzorger raakt.

Annemieke Sweere

MEERMAALS HEB IK ERVAREN hoe krachtig stilte kan zijn: verwonderend, inspirerend en soms ook confronterend. Maar stilte wordt over het algemeen liever vermeden in de westerse cultuur (Geurts e.a., 2015). Stilte wordt vaak als waardeloos gezien en zelfs geassocieerd met afstandelijkheid (Johannessen, 1974; Stirling, 2019). Anderzijds is de vraag naar stillertraites en meditatiecurssen overweldigend en blijkt stilte in spirituele en zorggerelateerde contexten juist een

krachtig middel tot verbinding (Bassett e.a., 2018; López Gutiérrez & Arroyo Paniagua, 2024).

Mijn oefengesprek als geestelijk verzorger. Ik ben gespannen, het gekkek in mijn hoofd is nog net niet oorverdovend. Mijn ego heeft het druk met zichzelf. Het leidt me een beetje af; ik maak fouten, vul in en zeg ongefilterd wat er in me opkomt. Maar dat is niet erg: gaandeweg lukt het toch om me te ontspannen. Ik bof maar met zo'n openhartige gesprekspartner die makkelijk praat, denk ik. Tegen het einde wordt het stiller, mijn gesprekspartner snift zachtjes en pakt een zakdoekje. Ook in mij wordt het stiller. Tot het echt stil is. Het voelt alsof we de woorden afgepeld hebben van waar we hier en nu zijn. Na een tijdje deelt mijn gesprekspartner desgevraagd een gedachte: 'Ik wist niet dat het zo diep zou gaan.'

Wat kan stilte doen? (Neuro)psychologisch onderzoek wijst op de helende kracht van stilte bij stressverlichting en emotionele verwerking (Donelli e.a., 2023; Paoletti e.a., 2023). Religieuze en filosofische tradities benadrukken daarnaast al eeuwenlang het belang van stilte: van contemplatie in het christendom tot meditatie in het boeddhisme. In mijn optiek creëert stilte werkelijke aanwezigheid. Er ontstaat ruimte om te horen wat er in je leeft en te laten resoneren wat (niet) gezegd is – als een klankschaal tussen mensen. In stilte kun

je, samen of alleen, vertragen en stilstaan bij wat aandacht behoeft of bij wat vanzelfsprekend lijkt, maar dat niet is. Bijvoorbeeld dat jij er bent, dat de ander er is. Seizoenen, levende wezens, vergankelijkheid, wat werkelijk van waarde is. Dat je meer lijkt op de ander dan je dacht, dat iedereen uiteindelijk gewoon verlangt naar vriendschap, liefde en veiligheid en dat alle levende wezens onderling verbonden zijn (Bohm, 2018).

Onmisbaar

In dit essay betoog ik dat stilte een onmisbare rol speelt in goede communicatie binnen de geestelijke zorg. Als fundament voor diep luisteren, betekenisgeving en verbinding. Mijn stelling luidt: *De kracht van stilte maakt communicatie in de geestelijke zorg tot goede communicatie*. Deze stelling onderbouw ik met drie argumenten. Ten eerste dat een geestelijk verzorger alleen vanuit innerlijke stilte kwalitatief goed kan communiceren en zo met echte aanwezigheid als klankschaal voor de ander kan dienen. Ten tweede dat stilte in gesprek – te midden van het rituele bad – essentieel is, omdat stilte een bedding voor betekenis biedt en ruimte maakt voor verbinding met iets groters. En ten derde dat stilte mensen, in groepen of op maatschappelijk niveau, gezamenlijkheid kan laten ervaren, waardoor ze een brug tussen mensen kan vormen.

Vervolgens bespreek ik twee tegenwerpingen. Ten eerste dat stilte voor een geestelijk verzorger een excuus kan zijn om confrontaties te vermijden en ten tweede dat stilte in groepen en op maatschappelijk niveau juist ook kan leiden tot afstand tussen mensen en niet tot verbinding. De focus in deze bijdrage ligt op aspecten van stilte in geestelijke zorg; ik ga verder niet in op de rol van stilte in bredere psychologische gespreksvoering (zie Lang & Van der Molen, 2024).

Klankschaal

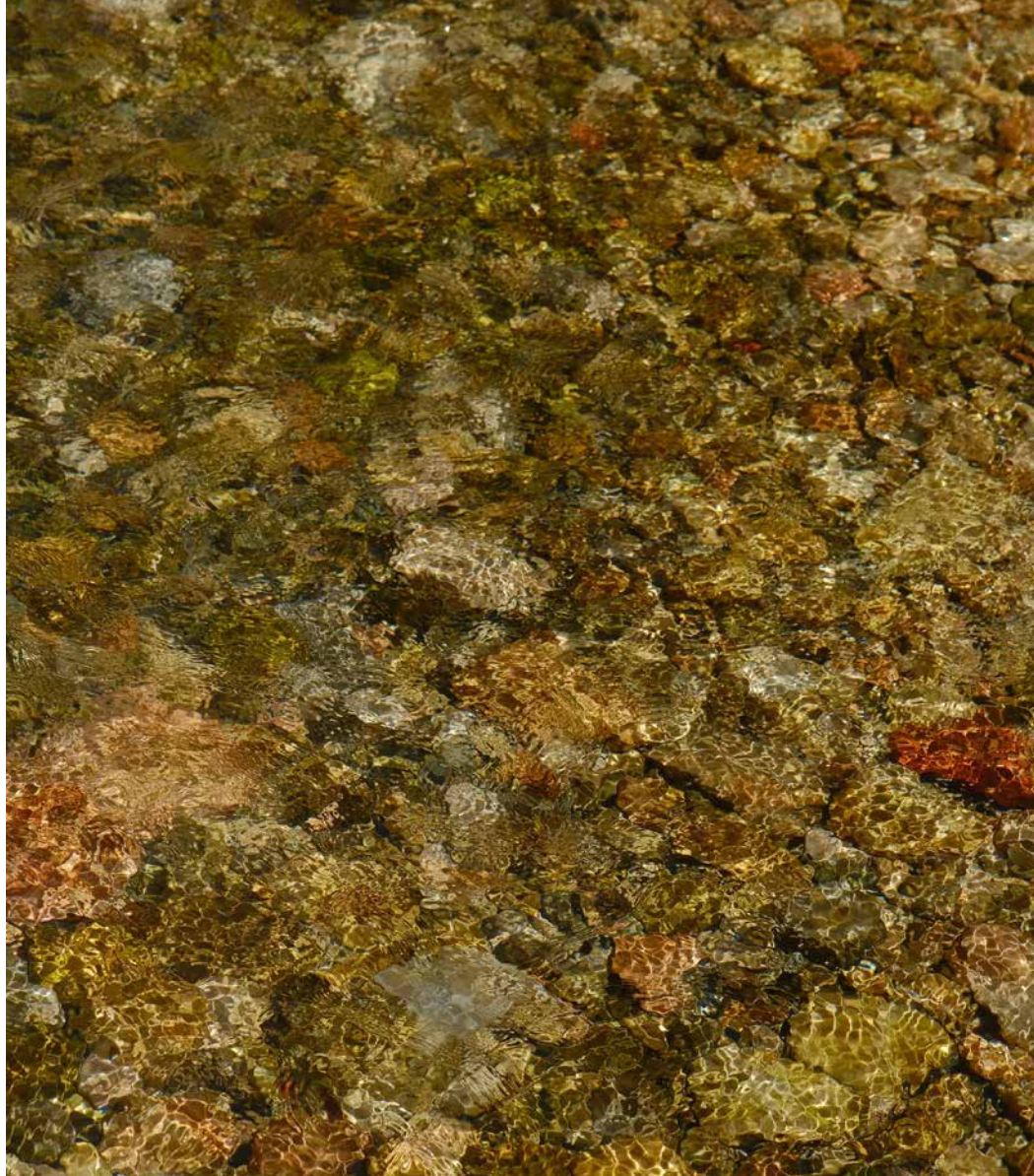
Het eerste argument gaat over stilte als klankschaal. In mijn optiek kan een geestelijk verzorger alleen vanuit innerlijke stilte optimaal communiceren, en zo met ware aandacht als klankschaal dienen. Dit zowel voor de ander

als voor het grotere dat via de geestelijk verzorger kan resoneren: het transcendente, God of dat wat ons overstijgt. De geestelijk verzorger is daarbij diens eigen instrument. Daarom vereist communicatie in geestelijke zorg bewustzijn van wat er van binnen speelt; bewustzijn van de eigen innerlijke ruimte waarin een onderstroom in beweging is van gedachten, gevoelens, waarden, taboes en overtuigingen (Blaauwendraad, 2024; Smit, 2024). Deze beweging kan ruis veroorzaken. Maar om als geestelijk verzorger goed te kunnen luisteren

Hoewel stilte eenvoudig lijkt, is het toepassen ervan vooral een kunst

en ruimte te scheppen om het geluid van de ander en het grotere zuiver te laten resoneren, moet je van buiten en van binnen stil zijn (Savett in Bassett e.a., 2018). Innerlijke stilte staat voor niet-bezet zijn, niet mentaal gehinderd of afgeleid door eigen geraaktheden of ego-gesprek. Het is er wel, maar de geestelijk verzorger kan het observeren en opschorten. Stilte stelt de geestelijk verzorger in staat zonder innerlijke ruis aanwezig te zijn bij zichzelf en daardoor volledig bij de ander, om zo de innerlijke ruimte van de ander te helpen vergroten.

Wat stilte hier oplevert, is enerzijds maximale aandacht, wat essentieel is voor diep luisteren. Volgens Bohm (2018) horen we alleen wat past bij eerdere gedachten en gevoelens; aandacht doorbreekt dit patroon. Innerlijke stilte vormt dus de grond voor diep luisteren met een open geest, hart en wil (Blaauwendraad, 2024). Anderzijds voedt innerlijke stilte de relationele grondhouding van de geestelijk verzorger, omdat het ‘zich vrijmaken voor’ een betrokkenheid toont die waardevol is voor de relatie (Baart in Körver e.a., 2019). Deze betrokkenheid schept vertrouwen voor een veilige basis; noodzakelijk voor een goed begin van een zinvol gesprek (Lang & Van der Molen, 2024).



Om tot innerlijke stilte te komen, wordt er van de geestelijk verzorger continue reflectie en een lerende houding gevraagd. Als geestelijk verzorger moet je die onderstroom leren (her)kennen, evenals je levensverhaal, invloeden uit alledaagse situaties (Blaauwendraad, 2024) en je eigen meerstemmigheid (Leget in Körver e.a., 2019). De onder- en bovenstroom moeten op elkaar afgestemd raken, waardoor er congruentie ontstaat (Lang & Van der Molen, 2024). Meditatievormen en mindfulness-technieken kunnen helpen om beter met jezelf bekend te raken (en te blijven). Het kan helpen

om gedachten, gevoelens en emoties met zelf-compassie waar te nemen (Vosselman & Van Hout, 2022). Uiterlijke stilte ondersteunt zo de innerlijke stilte.

Kortom: innerlijke stilte vraagt om een reflectieve houding en stelt de geestelijk verzorger op alle communicatieniveaus in staat om met minimale ruis en volledige aandacht aanwezig te zijn bij de ander en als klankschaal te dienen voor datgene wat aan het licht wil komen. Hier is innerlijke stilte dus voorwaarde voor goede communicatie in geestelijke zorg.

Bedding

Het tweede argument gaat over stilte als bedding. Stilte in gesprek is – te midden van het rituele bad – essentieel voor goede communicatie op microniveau, omdat stilte een bedding voor betekenis biedt en ruimte maakt voor verbinding met iets groters. Uit een meta-etnografische review van Bassett e.a. blijkt dat stilte bijzonder potentieel heeft voor communicatie in spirituele en existentiële zorg. Uit alle onderzochte papers van deze review blijkt dat stilte waardevol is: verbindend, transformerend en met potentie om geestelijk lijden te verlichten (Bassett e.a., 2018). Ik betoog met dit argument dat er in de geestelijke zorg één gespreksniveau is waarin stilte niet alleen waardevol is, maar zelfs essentieel: dat van het spirituele niveau uit het rituele bad (Smit, 2015). Het rituele bad is een metafoor voor de ontmoeting tussen een geestelijk verzorger en de ander, verdeeld in vijf fasen: naderen, verdiepen, laten, verbinden en vieren. (Deze fasen worden overigens niet altijd allemaal of lineair doorlopen.) In de fase van ‘laten’ is de geestelijk verzorger volledig present, maar laat dat wat er is zijn en heeft een houding van niet-doen. Deze overgave maakt ruimte voor wat er kan gebeuren en kan resulteren in een bijzonder, ‘zelfs heilig moment’, zowel voor de gesprekspartner als de geestelijk verzorger zelf (Blaauwendraad, 2024, p. 84).

Wat stilte hier voor communicatie doet, is dat het fungeert als bedding voor betekenis die wil ontstaan op dat moment. In deze stille ruimte – die van niemand is – kan iets de ander toevallen, kan iemand geraakt worden of tot inzicht komen, en kun je contact maken met de essentie of het grotere geheel (Blaauwendraad, 2024). Mheen (2025) noemt stilte een mogelijkheid om te herijken of innerlijk te herstellen; ik denk dat dit ook hier geldt. Betekenis kan ontstaan en er kan een antwoord komen op de vraag: ‘Wat leert het leven mij?’ (Blaauwendraad, 2024, p. 83). Betekenis kan ook liggen in verbinding met het hogere; dat ook wel God, Atman, het hogere zelf, het universele, liefde of intuïtie genoemd wordt (Blaauwendraad, 2024, p. 85). Zo betoogt Smit (2024, p. 32) dat er in deze fase van laten veel stilte is,

omdat dit beter de innerlijke relatie tot het ‘levensgeheim, tot God’, kan uitdrukken dan woorden dat kunnen. Het zal niet werkelijk altijd stil zijn in deze fase. Smit (2024, p. 65) heeft het bijvoorbeeld over ‘stamelen’ of losse woorden, maar stilte is wel essentieel. Als de geestelijk verzorger blijft praten, kan dit het spirituele deel van het proces blokkeren of zelfs voorkomen dat iemand werkelijk geraakt wordt (Blaauwendraad, 2024, p. 85). Kramer (2024) verwoordt het treffend: ‘Some things should be left unsaid, because words would kill the meaning.’

Met andere woorden: in de spirituele fase van het rituele bad is stilte essentieel voor goede communicatie. Het biedt de bedding voor betekenis en verbondenheid met iemands bronnen of iets groters (voor sommigen het goddelijke).

Brug

Het derde argument gaat over stilte als brug. Stilte in groepen of op maatschappelijk niveau kan mensen onderling gezamenlijkheid laten ervaren, waardoor stilte als brug fungeert. Dit argument van verbinding is relevant, omdat geestelijke zorg per definitie relationeel van aard is (Smit, 2015) en verbinding diepmenselijk is. Bohm (2018) stelt dat ten diepste alles met alles verbonden is. De boedhist Thich Nhat Hanh spreekt over ‘interzijn’ en de Ubuntu-filosofie over ‘I am because we are’. In groeps gesprekken kan taal veel goeds doen, maar ze kan ons ook scheiden. Volgens Bohm (2018) luisteren we door het filter van onze vooronderstellingen, wat vaak leidt tot conflicten. Stilte is daarentegen van niemand en vrij van vooronderstellingen. In stilte resonant het voorgaande; wat gezegd en niet gezegd is (Vosselman & Van Hout, 2022). Stilte verhoogt sociale betrokkenheid, vermindert stress (Donelli e.a., 2023) en bevordert begrip en verbinding in gesprekken (López Gutiérrez & Arroyo Paniagua, 2024).

Enkele voorbeelden van wat stilte kan doen voor groepen in geestelijke zorg, zoals moreel beraad of intervisie: bij ‘kapittelen’ (Geurts e.a., 2015, p. 181) zwijgen deelnemers net zo

lang als de spreker gesproken heeft. Dit biedt ruimte voor diepere reflectie en om het gezegde beter te laten resoneren. Stilte kan in de zorg ook een ritueel zijn om samen stil te staan bij overlijden. Of een ruimte om een diepgaand moment gezamenlijk bewust te beleven. Himmelstein e.a. (2001) beschrijven hoe een palliatief zorgteam een moeder van een doodziek kindje een onmogelijke keuze voorlegt. Hierna volgt een diepe stilte waarin allen

Stilte kan krachtig zijn: verwonderend, inspirerend en soms ook confronterend

bewust samen aanwezig zijn. De moeder verbreekt de stilte met: 'Stop maar.' Tranen volgen en een gezamenlijke, overweldigende stilte van dertig minuten omhult iedereen met verdriet en ontzag voor moeders moed. Elke ademhaling en elke emotie is in ieders bewustzijn. De zorgmedewerkers ervaren het als monumentaal en danken moeder na afloop dat ze in stilte bij haar mochten zijn. Natuurlijk vereist niet elk groepsgesprek stilte, maar bij ethische of existentiële thema's kan stilte de gedeelde beleving, reflectie en dus communicatie bevorderen.

Stilte kan echter ook tot misverstanden of ongemak leiden, zoals stilte die de olifant in de kamer weerspiegelt. Juiste begeleiding is hier cruciaal om tegemoet te komen aan de basisbehoeften van groepsdeelnemers: inclusie, controle, affectie (Geurts e.a., 2015, p. 72). Op maatschappelijk niveau kan stilte diepe verbondenheid creëren, zoals bij publieke rouwmomenten als een stille tocht na een ingrijpende gebeurtenis. Volgens performancekunstenaar Marina Abramović verbindt stilte ons met onszelf en anderen, waardoor we ontdekken wat we zelf kunnen doen (Criales-Unzueta, 2024). Zij demonstreerde publieke stilte op het Glastonbury-popfestival met *Silence for Peace*, door zeven minuten verkleed als vredessymbool in stilte op het podium te

staan. Dit riep gezamenlijke bewustwording op bij de honderdduizenden aanwezigen: '[She] turned Glastonbury into a temple of reflection' (Criales-Unzueta, 2024). In een samenleving gedomineerd door snelheid, scherpe meningen en polarisatie kan stilte dus een radicaal alternatief zijn.

Op macroniveau in geestelijke zorg kunnen zulke voorbeelden geestelijk verzorgers inspireren om met stilte publiekelijk de waarde van gezamenlijk vertragen en niet-weten te laten zien. Als liefdevol statement: niet invullen, niet oordelen, maar samen in stilte aanwezig zijn als antwoord op elkaar overschreeuwen en van elkaar verwijderd raken. Dit kan bijvoorbeeld in een publieke stilteruimte met begeleiding van een geestelijk verzorger. Zo kan een gedeelde ruimte van bewustwording, reflectie en verbinding ontstaan.

Stilte kan in groepsgesprekken dus zorgen voor diepere reflectie, resonantie en gedeelde beleving; als een brug tussen mensen, mits goed begeleid. En op maatschappelijk niveau kan stilte gezamenlijkheid en bewustwording bevorderen.

*Stilte is niet de afwezigheid van geluid,
maar de diepte van aanwezigheid.
In de stilte ontdekken we niet alleen onszelf,
maar ook de ander, en daarin schuilt de ware
ontmoeting.
Thomas Merton, monnik en mysticus
(1915-1968)*

Excuus

De eerste tegenwerping is stilte als excuus. Stilte kan voor een geestelijk verzorger een excuus zijn om confrontaties te vermijden. Körver e.a. stelden vast dat geestelijk verzorgers soms confrontaties vermijden om de harmonie te behouden (Körver e.a., 2019). Stilte kan dan onbedoeld een excuusvorm worden. Ook angst om iets verkeerd zeggen, kan tot zwijgzaamheid leiden (Lang & Van der Molen, 2024), terwijl niet-oordelend confronteren juist heilzaam kan zijn (Lang & Van der Molen, 2024).

Stilte in geestelijke verzorging is dus niet bedoeld als excuus, zeker niet in de spirituele fase van het rituele bad. In geestelijke verzorging moet stilte een bewuste keuze zijn, om ruimte te creëren voor betekenis, inzicht en verbinding. Het juiste moment kiezen, is echter cruciaal – en daar zit de crux. Een juist gebruik van stilte blijkt een moeilijk te beheersen vaardigheid voor zorgverleners en vraagt om ervaring (Bassett e.a., 2018). Stilte inzetten is dus geen excuus, maar een kunst die zorgvuldige beheersing vereist.

Kloof

De tweede tegenwerping is: stilte als kloof. Het kwam al even voorbij dat stilte in groepen als ongewenst of onveilig kan worden ervaren, en eerder afstand dan verbinding creëert. In groepen kan er onduidelijkheid bestaan over de betekenis of het doel van een stiltemoment, wat tot ongemak of onbegrip kan leiden (zoals dat tussen beroepsgroepen kan ontstaan). Zo werd in een westers onderzoek binnen de palliatieve zorg ‘in stilte bij iemand zitten’ door een pastor, als ‘a waste of an hour’ bestempeld door een verpleegkundige (Stirling, 2019).

Toch schept ongemak niet automatisch afstand. Spanning of ongemak kan juist leiden tot inzicht in de onderstroom en biedt mogelijkheden tot verdieping of transformatie (Kramer, 2013). Maar een veilige, open basis in de groep is wel een voorwaarde (Geurts e.a., 2015). Deelt men de behoefte aan het ervaren van stilte? Past stilte bij de organisatiecultuur? Is men vertrouwd genoeg met elkaar? Met zowel de juiste begeleiding als aandacht voor verschillen kan stilte tot diepere verbinding en onderling begrip leiden (López Gutiérrez & Arroyo Paniagua, 2024). Geestelijk verzorgers kunnen zich bovendien inspannen om bij te dragen aan een organisatiecultuur waarin stilte breed gedragen wordt; als een advocaat van de stilte.

Op maatschappelijk niveau kan stilte als passief en lafhartig gezien worden, wat tot meer afstand kan leiden. Tenzij je Marina Abramović heet, zou iedereen zich moeten uitspreken, want ‘stilte is het residu van angst’ (Smith,

2014). Juist geestelijk verzorgers moeten vrijmoedig vragen stellen, vooronderstellingen checken, en inspireren. Toch is stilte niet per definitie passief. Geestelijk verzorgers kunnen ook juist actief de kracht ervan tonen. Vanuit het doel om zingeving en levensbeschouwing breed publiekelijk toegankelijk te maken, kunnen geestelijk verzorgers niet alleen via stilte maar ook via spraak bijdragen. Stilte en stem vullen elkaar dan aan in het verspreiden van nuance, reflectie en verbinding.

Stilte en stem vullen elkaar aan in het verspreiden van nuance, reflectie en verbinding

Tot besluit

In dit essay heb ik betoogd dat stilte essentieel is voor goede communicatie in geestelijke zorg. Ten eerste stelt innerlijke stilte de geestelijk verzorger in staat als een klankschaal volledig aanwezig te blijven bij de ander, wat wel een lerende en reflectieve houding vereist. Ten tweede is stilte in de spirituele fase van het rituele bad een bedding voor betekenis en verbinding, mits er bewust voor wordt gekozen en ze een juiste timing heeft. Ten derde kan stilte in groepsgesprekken leiden tot diepere reflectie en gedeelde beleving, mits goed begeleid op een veilige basis. En tot slot kan stilte op maatschappelijk niveau gezamenlijkheid bevorderen, zolang de geestelijk verzorger zich ook uitspreekt.

Het klankschaalargument is valide, omdat het een voorwaarde voor goede communicatie in geestelijke zorg is. Maar misschien is het te stellig, omdat een geestelijk verzorger ook mens is en mindere dagen kan hebben, wat overigens niet automatisch tot een lagere gesprekskwaliteit hoeft te leiden. Het beddingargument zoomt in op een klein en potentieel onderdeel van het gesprek, wat het argument misschien minder valide maakt. Het brugargument is wel valide, maar ook weerlegbaar.

Op basis van deze conclusie en discussie wil ik de stelling herformuleren naar: *De kracht van stilte kan goede communicatie in geestelijke zorg maken of breken*. Over het algemeen heeft dit essay mijn idee over de kracht van stilte in geestelijke zorg versterkt en mijn ontzag voor de toepassing ervan vergroot. Zowel voor de continue reflectie die toepassing ervan vereist, als het magische, ongrijpbare karakter van stilte. Hoewel stilte eenvoudig lijkt, is het toepassen ervan vooral een kunst. De argumenten op maatschappelijk niveau hebben mij laten zien dat verbinding vanuit de geestelijk verzorger eveneens een stem vereist, al is de activistisch getinte rolinvulling mogelijk meer een persoonlijk ideaal dan gangbare realiteit.

A.M.M. Sweere studeert geestelijke verzorging bij de Vrije Universiteit Amsterdam. E-mail: annemiekeweere@gmail.com.

Literatuur

- Bassett, L., Bingley, A. & Brearley, S. (2018). Silence as an element of care: a meta-ethnographic review of professional caregivers' experience in clinical and pastoral settings. *Palliative Medicine*, 32 (1), 185-194.
- Blaauwendraad, G. (2024). Basismethodiek communicatie in interlevensbeschouwelijke geestelijke verzorging. In A. Liefbroer, H. Alma & P. Coppens (red.), *Interlevensbeschouwelijke geestelijke verzorging* (pp. 63-101). Eburon.
- Bohm, D. (2018). *Over dialoog: helder denken en communiceren* (5e dr.). Ten Have.
- Criales-Unzueta, J. (2024). *Fashion, and the world, are in a state of crisis. Marina Abramović on 7 minutes of silence for peace at Glastonbury*. Website: <https://www.vogue.com/article/marina-abramovic-glastonbury-2024-performance> (21 maart 2025).
- Donelli, D., Lazzeroni, D., Rizzato, M. & Antonelli, M. (2023). Silence and its effects on the autonomic nervous system: a systematic review. *Progress in Brain Research*, 280, 103-144.
- Geurts, J., Müller, I. & Tenwolde, H. (2015). *Gespreksvoering in groepen: succesvol deelnemen aan gesprekken in zorg en welzijn*. Coutinho.
- Himelstein, B., Jackson, N. & Pegram, L. (2001). The power of silence. *Journal of Clinical Oncology*, 19 (19), 3996.
- Johannesen, R. (1974). The functions of silence: a plea for communication research. *Western Speech*, 38 (1), 25-35.
- Körver, J., Braakhuis, M. & Walton, M. (2019). Professionele nabijheid: integratie van een relationele grondhouding en concrete doelgerichtheid binnen geestelijke verzorging. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 22 (95), 14-22.
- Kramer, J. (2013). Organisatiecoaching: de wijsheid van de minderheid. *Tijdschrift voor Coaching*, 4, 66-71.
- Kramer, J. (2020). *TEDTalk: Silence the forgotten human skill*. Website: https://www.ted.com/talks/jitske_kramer_silence_the_forgotten_human_skill (14 maart 2025).
- Lang, G. & Molen, van der, H. (2024). *Psychologische gespreksvoering: een basis voor hulpverlening* (18e dr.). Boom.
- López Gutiérrez, A. & Arroyo Paniagua, J. (2024). An exploration of silence in communication. *European Public and Social Innovation Review*, 9, 1-18.
- Mheen, M. van de (Host) (2025). *Stilte* (podcast). Website: <https://www.gld.nl/podcasts/de-zingever> (18 maart 2025).
- Paoletti, P., Perasso, G., Lillo, C., Serantoni, G., Maculan, F. & Giuseppe, T. di (2023). Practice of silence to promote coping, emotion regulation, and future planning of imprisoned individuals during the COVID-19 pandemic: a qualitative study. *Journal of Offender Rehabilitation*, 62 (7), 444-462.
- Smit, J. (2015). *Antwoord geven op het leven zelf: een onderzoek naar de basismethodiek van de geestelijke verzorging* (dissertatie). Website: <https://research.vu.nl/ws/portalfiles/portal/42154307/complete+dissertation.pdf> (18 maart 2025).
- Smit, J. (2024). *Tot de kern komen: de kunst van het pastorale gesprek* (2e dr.). Kok Boekencentrum.
- Smith, C. (2014). *TEDTalk: The danger of silence*. Website: https://www.ted.com/talks/clint_smith_the_danger_of_silence (19 maart 2025).
- Stirling, I. (2019). Deep silences: reclaiming silence as a locus of the sacred. *Practical Theology*, 13 (3), 259-276.
- VGvZ (2015). *Beroepsstandaard geestelijk verzorger*. Website: <https://vgvz.nl/over-de-vgvz/beroepsstandaard-gv-2015> (20 maart 2024).
- Vosselman, M. & Hout, K. van (2022). *Zingevende gespreksvoering: helpen als er geen oplossingen zijn* (2e dr.). Boom.