

Eerlijk gezegd

“Een aantal jaren geleden besloot ik dat het roer om moest. Mijn dochter en zoontje waren vier en twee jaar. De oudste ging naar de basisschool, eerst nog voor halve dagen. De jongste had ik twee dagen per week bij een kinderdagverblijf ondergebracht. Op die dagen deed ik administratief werk bij een bedrijf. Het was een erg druk bestaan. School- en werktijden sloten niet op elkaar aan, daarom moest mijn dochter bijvoorbeeld alleen met een taxi van school naar het kinderdagverblijf. Ik vond dat geen fijn idee. En omdat mijn man lange werkdagen maakte, kwam ook het huishouden nog eens op mij aan. Er was vaak stress thuis. Er moest dus een oplossing komen.

Op mijn werk maakte ik deel uit van de ondernemingsraad en werd ik geconfronteerd met problemen van werknemers en van het bedrijf. Ik vond het interessant om te zien hoe zij omgingen met tegenslag. Zelf had ik ook het nodige meegemaakt op het gebied van reorganisaties, ontslag en opnieuw solliciteren;

helpen bij zijn persoonlijke groei en ontwikkeling. Als counselor leer je mensen te werken aan hun eigen oplossend vermogen. Zo krijgen zij weer zelf de regie over hun functioneren.

Voor mij betekende het weer anderhalf jaar studeren. Zeker in het begin viel dat wel eens tegen. Ik moest echt weer léren studeren. Een scriptie schrijven was voor mij een totaal nieuwe ervaring; ik had geen idee hoe je zoiets indeelt. Meestal studeerde ik als de kinderen op school waren of 's avonds, als zij op bed lagen. Ik begon het steeds leuker te vinden, zo'n thuisstudie. Mijn huiswerk mailde ik en niets was leuker dan daarna

Verder wilde ik alles zelf doen en geen anderen in dienst nemen. In mijn beleving is het namelijk belangrijk dat als cliënten bellen, zij voor honderd procent voelen dat ik hun zaak ken en dat zij geen nummer zijn, waarvan het dossier bij een collega ligt.

Natuurlijk had ik te maken met de bekende opstartperikelen, zoals het ontwerpen van brochures, een logo, het voeren van een goede administratie en het vinden van gemeenten, bedrijven en particulieren die met mij in zee wilden. Dat was een moeilijke periode: brieven schrijven en geen respons krijgen, erachteraan blijven bellen en in het archief belanden. Soms werkte het demotiverend, maar gelukkig had ik een lange adem. Zo hield ik voordrachten bij huisartsen, legde ik brochures in wachtkamers en bij apotheken en verzorgde ik workshops om meer bekendheid aan counseling te geven.

Inmiddels ligt die moeilijke opstartperiode achter me en kan ik mij volledig wijden aan mijn grootste passie:

Irene: ‘Ik heb bewezen dat je **nooit te oud** bent om het roer om te gooien en je **droom** te verwezenlijken’

ik had dus ervaring op dit terrein. Steeds meer werd ik mij ervan bewust dat ik hier meer mee wilde doen. Het leek mij een uitdaging om een studie op te pakken die paste bij mijn interesse in mensen en werk, maar dan wilde ik ook stoppen met werken. Mijn man vond het een goed plan. Hij had natuurlijk ook in de gaten dat het thuis niet naar wens liep en dat ik niet goed in mijn vel zat. Het verlies aan inkomsten nam hij voor lief. Belangrijker was dat ik mijn droom ging nastreven: een studie volgen en later misschien een eigen praktijk opzetten. Collega's reageerden verbaasd. Het was een zeldzaamheid dat iemand op 34-jarige leeftijd, na negen dienstjaren, opzegde om het roer om te gooien. Maar voor mij voelde het goed. Het was nu of nooit.

Ik begon met de opleiding praktische psychologie, die duurde een jaar. Ik kreeg de smaak te pakken en besloot door te gaan met een counseloropleiding. Vanwege mijn vroegere ervaring in de ondernemingsraad koos ik voor de specialisatie bedrijfs counseling. Counseling is in feite een laagdrempelige vorm van praktische psychologische hulpverlening. Sessies zijn erop gericht om de cliënt op een praktische wijze te

snel mijn mailbox te openen om te kijken hoeveel punten ik had gehaald. Eind 2004 was ik klaar, zonder dat ik ook maar één keer herexamen had hoeven doen. Ik kon mijn geluk niet op. Maar toen begon het pas, een eigen praktijk beginnen was tenslotte mijn grote wens geweest: eigen baas, eigen werktijden en een eigen visie.

Van meet af aan heb ik geprobeerd mij in te leven in een cliënt door mijzelf steeds de vraag te stellen: wat zou ik willen als ik cliënt was? Zo wist ik dat ik geen praktijk aan huis wilde. Misschien goedkoper, maar minder privacy voor de cliënt. Daarom koos ik voor een plek binnen een sociaal-cultureel centrum waar de hele dag mensen in en uit lopen. Bovendien wilde ik bereikbaar zijn na kantoortijden. Dat lukte met een goede oppas.

mensen helpen hun zelfredzaamheid te vergroten en ervoor zorgen dat zij hun leven weer in eigen handen nemen. Soms tref ik mensen die zijn vastgelopen op hun werk, thuiszitten en angstig zijn terug te keren in dat werk. Ik probeer ze dan op het goede spoor te zetten en bied een helpende hand. Ook verlies- en rouwverwerking vraagt tijd. Je kunt niet vrijdag een dierbare begraven, maandag weer aan het werk gaan en je verdriet bewaren tot na werktijd. Met nabestaanden doorloop ik alle fases van het rouwproces tot zij in staat zijn het leven weer te aanvaarden. Zelf volg ik twee keer per jaar een bijscholing en regelmatig neem ik cases door met mijn supervisor. Gewoon omdat ik wil blijven leren. Daar ben je nooit te oud voor. Net zo min als voor het verwezenlijken van een droom. Zelfs als het niet lukt, heb je het in elk geval geprobeerd en hoef je nooit te denken: wat als? Het roer om, het heeft van mij een compleet mens gemaakt.” ✨

Meer informatie over de praktijk van Irene vindt u op www.stimulanscounseling.nl

interview: monique van der vlugt