



Ineke van den Berg



Yvonne van Holsteijn

Je bestemming staat in je biografie geschreven

Ineke van den Berg & Yvonne van Holsteijn

In onze visie ligt iemands bestemming besloten in zijn 'DNA' en krijgt het kind zijn bestemming dus al bij geboorte mee. Net als het DNA, is deze bestemming uniek. Zoals de appelpit die de potentie heeft om appelboom te worden. En de appelboom die conform bestemming appels krijgt en creëert (Knoope, 1998). In dit artikel werken we onze visie op het thema 'bestemming' uit en laten we zien hoe het levensverhaal bij uitstek kan worden ingezet om de cliënt zicht te laten krijgen op zijn bestemming.

Bestemmings-DNA

In de regel krijgt de bestemming gaandeweg het leven steeds meer vorm en betekenis, gestimuleerd door de omgeving, dan wel vanuit innerlijk verlangen of juist tegen de verdrukking in. En soms verdort de pit, ook dat is realiteit.

We leren onze bestemming enerzijds kennen door keuzes te maken die de juiste blijken te zijn. Anderzijds kunnen mismatches ons leren dat we van ons pad zijn afgeraakt. En natuurlijk worden we beïnvloed door milieu, status, etniciteit en sexe-verschillen (Gottfredson, Inkson). Nog steeds zeggen jongetjes dat ze piloot willen worden en meisjes danseres. Maar deze piloot en danseres kunnen we zien als metaforen voor de (diepere) wensen, talenten en waarden van het kind. “Toon me het kind op zijn zevende en ik toon u de man”, zegt Michael Apted in de documentaire *7 Up* (1964 tot nu). Prachtig om te zien hoe de kinderen in deze documentaire op 7-jarige leeftijd vertellen wat ze later willen worden. Zowel hun bestemmings-DNA als de invloed van buitenaf is zichtbaar. En wordt steeds zichtbaarder. De 7-jarige Andrew zegt dat hij de *Financial Times* leest en op 56-jarige leeftijd is hij jurist in het bedrijfsleven.

Innerlijk kompas

Waarom is het vinden van je bestemming eigenlijk belangrijk? Iedereen en dan bedoelen we ook echt iedereen, voelt aan dat werk en leven prettiger verlopen als

ambitie, verlangen of droom. In professionele termen praten we over missie (logische niveaus van Bateson) of over het fundamentele doel (Robert Fritz).

Een bestemming is een abstract construct zoals ‘vrijheid vergroten voor dieren’ of ‘het verbeteren van de zorg voor de gezondheid van de medemens’. Dit kan worden vertaald naar concrete doelen of functies en taken, zoals een baan bij Greenpeace, veehouder van scharlvarkens of werken als verpleger, arts of manager bij een zorginstelling.

Hoe helderder en/of bewuster de missie of droom is, hoe groter de aantrekkingskracht die ervan uitgaat en hoe meer doorzettingsvermogen iemand zal hebben om in de richting van de bestemming te koersen. In de ‘roerige’ tijd waarin we leven, met verlies van allerlei zekerheden en grenzen (van bedrijven, beroepen, geografisch, psychologisch) is het een groeiende noodzaak om het innerlijke kompas met de bestemming als sterkste richtingaanwijzer zichtbaar en bewust te maken, en te versterken.

Centrifuge

Veel cliënten komen binnen met de brede oriëntatievraag: “Wat wil ik (eigenlijk echt)?” Ze voelen wel dat ze iets anders willen of ‘moeten’, maar hebben geen of slechts een vaag idee wat dat zou kunnen zijn. Je kunt ook zeggen dat wat ze op dit moment doen, niet langer overeen komt met wie ze zijn (Van Holsteijn, *Loopbaanvisie* 2011). Via het beeld van een centrifuge, kunnen we dit levendig maken. Het dagelijks leven kan zo dominant zijn, dat je als het ware hard rond en naar buiten geslingerd wordt, zoals in een centrifuge. Je raakt daardoor gemakkelijk los van het midden, van jezelf en je verliest als gevolg daarvan het zicht op wat jou werkelijk drijft en wat je belangrijk vindt. Om dat opnieuw te kunnen ervaren en daarop te kunnen koersen, is het zaak het midden te hervinden.

Hoe dat kan, belichten we in de rest van dit artikel op basis van onze praktijkervaring. We bespreken twee werkvormen uit een reële casus, aan de hand waarvan we laten zien dat het levensverhaal ons veel kan leren over onze bestemming. Onze cliënt, we noemen haar Loes, is vijftig en vindt haar werk al lang niet meer

Mismatches kunnen ons leren dat we van ons pad zijn afgeraakt

je doet waarvoor je bestemd bent, of net even neutraler geformuleerd, als je doet wat past bij wie jij bent.

We gaan er dan ook van uit dat een belangrijke doelstelling in loopbaancoaching is dat onze cliënten zich bewust(-er) worden van hun bestemming en met hulp daarvan (leren) koers te kiezen en te houden in hun levensloopbaan. Daarbij vertalen wij bestemming met begrippen uit het dagelijkse taalgebruik als: grootste

leuk; ze doet het ondertussen met tegenzin. Maar als alleenverdiener is brood op de plank essentieel. Ze wil iets heel anders dan ze tot nu toe heeft gedaan (management in de uitzendwereld), maar ze heeft geen flauw idee wat. We vragen Loes aan het eind van het intakegesprek om, met haar loopbaanvraag in het achterhoofd, per levensperiode enkele herinneringen op te schrijven.

Het schrijfproces zelf zette al van alles in gang. Zonder één enkele interventie, leidde het schrijven tot een herwaardering. Het leven bleek niet alleen maar moeilijk en moeizaam, zoals het overheersende gevoel van Loes in het heden. Dat was de eerste winst.

Bestemming verborgen achter overlevingsmechanisme

Vroege herinneringen bieden ons op tenminste twee manieren de kans om een glimp van onze bestemming op te vangen. Ze bieden in de eerste plaats bijna altijd zicht op het overlevingsmechanisme en zolang iemand in zijn overlevingsmechanisme functioneert, is het praktisch onmogelijk het midden, jezelf, te ervaren. Bewustwording van wat je doet is dus een essentiële stap, wil je überhaupt iets van je bestemming kunnen ervaren. Loes beschrijft haar eerste bewuste rebelse daad als kind van een jaar of zes. De vragen: Wat betekent deze herinnering nu voor je? en Wat is de relatie tussen toen en nu? maken zichtbaar dat Loes een dominant patroon in haar leven kent van verdrukking en onderdrukking gevolgd door uitbreken en bloei. Zo brak ze uit haar gezin van afkomst, uit haar relatie en lijkt ze nu voor dezelfde stap te staan in het werk.

In de tweede plaats laten vroege herinneringen zien wat we graag deden en waar onze voorkeur naar uitging toen we nog niet belemmerd werden door allerlei gedachtenpatronen en overtuigingen. Als jong kind leven we immers nog dichtbij het metaforisch middelpunt van de centrifuge. Voelen en denken zijn nog in grote mate in harmonie met de actie die volgt. De eerste beschreven herinnering van Loes is hier een voorbeeld van. Ze mocht figureren in een film die gemaakt werd over het leven in haar dorp en desgevraagd mocht ze haar mooiste jurk hiervoor aan. Apetrots voelde ze zich en stoer. Ook speelde ze graag buiten, liefst



avontuurlijk, een beetje gevaarlijk. Avontuur en stoere vrijetijdsbesteding lopen als een (positieve) rode draad door het leven van Loes. Zo kwamen we er via de vraag naar de betekenis van deze ene vroege herinnering op uit dat er voor Loes van alles samenkomt in haar grote passie: duiken. Het raakt haar dat duiken als het ware gelijkstaat aan haar identiteit. Loes koppelt begrippen aan 'duiken' als rust, ontspanning, mooi, in balans, vrijheid. Desgevraagd kan ze dit gevoel vertalen naar een werkperiode als manager bij een uitzendbureau. Kwaliteiten die ze daar inzette zijn onder andere daadkracht, zakelijkheid, open voor iets nieuws, zorgzaamheid en humor. Het thema 'kwaliteiten' kwam in een volgende

sessie uitgebreid terug, inclusief valkuilen, allergieën en uitdagingen.

Daarmee tekenen zich voorzichtig de eerste contouren af van Loes' bestemming. Zelf voelt ze dat overigens helemaal niet en ervaart ze vooral frustratie over het geen zicht hebben op: wat is mijn volgende loopbaan-stap? Dit verrast ons niet: Loes leeft nog sterk in haar overlevingsmechanisme, gedreven door financiële zekerheid en een groot verantwoordelijkheidsgevoel. Overigens benoemen we het begrip bestemming niet als zodanig. Het gaat niet om expliciet zoeken maar om impliciet groeien (ofwel zichtbaar worden, ontvouwen, ontsluiten). Voor de vierde sessie vragen we Loes om een 'Heden-Toekomsttekening' te maken. We maken daarmee de stap van verleden naar heden en toekomst.

Van flets naar fleurig

Loes start het gesprek met te zeggen dat ze niet kan tekenen. Maar wat zijn de beelden sprekend! We vragen haar tekeningen op de grond te leggen op een voor haar kloppende manier en om bij het heden te gaan staan, een soort doolhof met een muur er omheen. Ze weet de weg naar buiten maar krijgt het niet voor elkaar die weg te gaan. De verantwoordelijkheid en hang aan financiële zekerheid voelen als een bevroren toestand.

We vragen Loes of ze al uitgerekend heeft hoe lang ze van haar spaargeld en een ww-uitkering kan rondkomen (het zag ernaar uit dat haar contract beëindigd zou worden). Nee, dit gaat ze doen. Een schatting is dat ze minimaal een jaar vooruit kan. Loes doorvoelt dit perspectief terwijl ze 'op het heden staat' en naar 'de toekomst kijkt'. We zien haar smelten en ze voelt het zelf

heel goed: de toekomst komt letterlijk dichterbij: een kleurige vis in tropisch water.

De kleurige vis valt op in de omgeving, is groter dan de andere vissen en zwemt voorop! Een prachtig beeld van een manager die zich als een vis in het water voelt. Als de biotoop maar klopt! Dat dit al jaren niet meer het geval is, wordt nu pijnlijk duidelijk. We vragen haar voor het volgende gesprek om de kenmerken van de biotoop uit te werken die maken dat zij zich als een vis in het water voelt. Dit zal haar weer dichterbij haar bestemming brengen. Van het stoere meisje in haar mooiste jurk naar de tropische vis die een school vissen met onder andere humor, zorgzaamheid en zakelijkheid door het water leidt.

Op dit moment geniet Loes van haar vrijheid en oriënteert zij zich op managementfuncties in de mode-, evenementen- en reisbranche. ■

Ineke van den Berg (zoettrainingencoaching.nl) en Yvonne van Holsteijn (stroom-coaching.nl) werken beiden als zelfstandig loopbaancoach, -adviseur en -trainer en leiden loopbaanprofessionals op.

Literatuur:

- Berg, I. van den, Galen, A. van (2005/2011). *Lopen doe je zelf. Vanuit persoonlijke kracht je levensloopbaan sturen*. Zaltbommel: Uitgeverij Thema.
- Fritz, R. (1990). *De weg van de minste weerstand*. Deventer: Ankh-Hermes.
- Inkson, K. (2007). *Understanding Careers, The metaphors of working lives*. London: SAGE Publications.
- Knoope, M. (1998). *De creatiespiraal*. Nijmegen: KIC.