

Het verlies van een baan, door ontslag of ziekte, kan plotseling een ander licht werpen op uw toekomst. Soms betekent het dat u uzelf opnieuw moet uitvinden. Maar dat klinkt makkelijker gezegd dan gedaan. Hoe pak je zoiets aan?

TEKST: BERT NIJMEIJER FOTO'S: PETER ARNO BROER

Soms moet je jezelf opnieuw uitvinden

MEER INFO:
RABOBANKFOUNDATION.NL

Eline Boele (33) was projectleider bij een ingenieursbureau, maar raakte door de crisis haar baan kwijt. Haar kinderen gingen naar de crèche, ze had nog drie maanden recht op opvangtoeslag. Eline was te ambitieus om straks zeven dagen per week met de kleintjes thuis te zitten.

CAMPAGNE Ze begon een grootscheepse mediacampagne met een - net als Eline zelf - kleurig en professioneel aangeklede website. De titel was eenvoudig maar doeltreffend: elinezoektwerk.nl. Daarbij een officieel persbericht dat ze naar alle media stuurde. Groot nieuws: Eline zoekt werk, binnen 75 dagen! Het werd opgepikt door dagblad BN/De Stem en door UWV Werkblad. En ze stond in de Spits. In een paar maanden had ze 21 netwerk- en sollicitatiegesprekken. Op dag 73, twee dagen voor de deadline, vond ze een nieuwe baan. In een interview met Esta kon ze trots vertellen over haar nieuwe werk bij het Waterschap

Brabantse Delta. Eline vond wat ze zocht.

ROUWPROCES Je bent wat je doet, totdat je het door ontslag, faillissement of ziekte niet meer kunt doen. Doorgaan op dezelfde voet kan lang niet altijd. Iets anders bedenken, of jezelf opnieuw uitvinden, is dan makkelijker gezegd dan gedaan. Je kunt pas dingen 'uitvinden' als je in redelijk goede doen bent, zegt arbeidspsycholoog Jaap van den Broek. 'En dat ben je niet als je ziek bent. Of als je je werk kwijt bent. Het is een moeilijke situatie. Je moet solliciteren terwijl je niet in je kracht zit. Recruiters ruiken dat.'

De stadia die je doorloopt als je net ontslagen bent, zijn te vergelijken met die van een rouwverwerkingsproces. Je bent boos, verdrietig, somber. Het doorlopen van al deze verschillende stadia is een gezond proces, dat tijd vergt. Van den Broek: 'Op het dieptepunt komt er een splitsing: of je blijft in je verlies hangen, of je accepteert het.'

Dan komt er ruimte voor nieuwe mogelijkheden.'

GEDWONGEN STOPPEN Ashley MacIntosh (25) kan erover meepraten. Zij studeerde trade management Asia aan het hbo toen bij haar een zeldzame en ongeneeslijke longziekte werd vastgesteld. Van het ene op het andere moment veranderde haar wereld.

Ze moest stoppen met haar studie. Haar droom om in Azië te werken zag ze in duigen vallen. In alles moest ze twee stappen terug doen. Juist in die tijd zag Ashley een billboard van Emma at Work, een uitzendbureau voor jongeren met een chronische ziekte of een beperking.

Ashley schreef zich in en kon aan de slag als gastvrouw voor de Rabobank Foundation op de Floriade in Venlo. Het was geen Azië, maar het beviel. Nu ondersteunt ze als administratief medewerker de managementsecretaresse bij de Rabobank Foundation. 'Als je ziek wordt, denk je: ik kom nooit meer aan de bak. Het gaat nu goed, ik heb mijn plek gevonden. Gezien de omstandigheden ben ik heel blij. Ik kijk nog best ver vooruit: volgend jaar wil ik op vakantie naar Indonesië. Ik heb denk ik veel geluk gehad.'

ZELFONDERZOEK In elke crisis zit een kans, zegt succes- en gelukscoach Frank de Moei. 'In elke tegenslag zit een voordeel. Het geeft je de mogelijkheid om te onderzoeken wat

EMMA AT WORK

De Rabobank Foundation steunt projecten in binnen- en buitenland gericht op het bevorderen van zelfredzaamheid. Zo helpen zij mee om mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt toegang te bieden tot passend werk of een opleiding. Een voorbeeld hiervan is de stichting Emma at Work, een non-profituitzendbureau voor mensen met een chronische ziekte of een beperking. Een ander voorbeeld is The Colour Kitchen. Deze stichting biedt jongeren een nieuwe kans op een diploma en werk.

'Of je blijft in je verlies hangen, of je accepteert het. Dan komt er ruimte voor nieuwe mogelijkheden'



Weer 'opstaan' na baanverlies kost tijd. Ondertussen lopen kosten door. Overleg tijdig met uw bank, zij kunnen onder andere een budgetcoach inschakelen.

echt bij je past.'

Maar hoe pak je zoiets aan? 'Alles begint bij jezelf, bij zelfonderzoek', zegt De Moei. 'Wat wil ik nou écht? Wat past bij mij? Wat gaat mij van nature makkelijk af? Wat je goed kunt, vind je leuk, wat je leuk vindt, doe je goed. Op dat kruispunt vind je het werkelijke succes.'

Zo'n proces kan enige tijd vergen. Intussen lopen kosten natuurlijk wel gewoon door. De Rabobank adviseert om in elk geval zo snel mogelijk contact op te nemen als u door verlies van werk of inkomen tijdelijk uw vaste lasten niet meer kunt betalen.

De bank kan eventueel een budgetcoach inschakelen, waarmee u samen op zoek gaat naar een oplossing voor de betalingsproblemen. Dat kan een betalingsregeling zijn, een beroep op de woonlastenfaciliteit van de Rabobank of, in het ergste geval, op de schuldhulpverlening van uw gemeente.

LANGE TERMIJN Volgens De Moei is het zeker de moeite waard om tijd te steken in zorgvuldig zelfonderzoek. 'Op de lange termijn ben je altijd succesvoller met de dingen die bij je passen en waar je goed in bent. Ikzelf ben 48 en ga op mijn 67ste met pensioen. Ik moet dus nog twintig jaar werken. Dat is 40.000 uur. Ook al kost het je twee jaar om de baan te vinden die bij je past: je hebt er nog twintig jaar plezier van.'