

'IK GELOOF WEER IN MIJN TALENT'

Welke kant wil ik nou op met mijn leven? Voor Marloes Douwes Dekker (34) een vraag die haar bleef achtervolgen. Een astrologisch coach gaf haar een verrassend inzicht.

Het probleem

'ELKE WEEK HAD IK WAT ANDERS IN MIJN HOOFD'

"Als iemand me vroeg wat ik voor werk deed, werd ik daar zenuwachtig van. Met een rood hoofd vertelde ik hikkend dat ik zelfstandig grafisch ontwerper was. Om er altijd aan toe voegen: 'Maar meestal doe ik simpele klusjes hoor, daar is niet veel eer aan te behalen.' Zonder dat ik het doorhad, haalde ik mezelf met die laatste zin altijd naar beneden. Het voelde alsof ik het helemaal niet verdiende om van mezelf te zeggen dat ik ontwerper was, wat ik deed sloeg toch nergens op? Toch werkte ik al vier jaar als

freelance vormgever. Om mijn hoofd boven water te houden, deed ik inderdaad allerlei soorten klussen. Ook soms dingen die ik minder leuk vond, maar die wel goed verdienden. Bij vlagen was ik redelijk tevreden met mijn carrière, maar meestal twijfelde ik of ik niet gewoon wat anders moest gaan doen. Daarnaast had ik het financieel niet altijd even makkelijk. Om de zoveel tijd vielen er opdrachtgevers weg, en moest ik opnieuw beginnen met klanten werven. Daar werd ik na een tijdje zo wanhopig van,

dat ik mezelf niet meer kon motiveren om steeds maar weer die acquisitie op te starten. Ik ging twijfelen aan mezelf. Kon ik het wel? Was ik wel goed genoeg? Misschien moest ik maar gewoon ergens in dienst gaan, weer gaan studeren, iets met jonge kinderen gaan doen, fotograferen, een jaar gaan reizen, of misschien voor de klas gaan staan. Elke week had ik wel wat anders in mijn hoofd. Mijn vrienden werden er gek van en ikzelf eerlijk gezegd ook."

De ommekeer

'EEN VRIENDIN SCHUDDE ME WAKKER: IK KON TOCH BEST TROTS ZIJN OP MEZELF?'

"Het idee dat ik misschien een andere kant op moest, en wat dat dan zou moeten zijn, slokte al mijn aandacht en energie op. Wanhopig probeerde ik een paar dingen uit: ik liep een dag mee als juf op een basisschool, deed een cursus creatief schrijven, en vroeg informatie op over een studie psychologie. Maar het voelde allemaal niet goed. Het idee dat ik weer opnieuw moest beginnen vond ik eigenlijk maar niks. Ook solliciteerde ik op een vaste baan, maar toen ik voor een tweede gesprek werd uitgenodigd, trok ik

mezelf terug als kandidaat. Het was niet echt een uitdagende functie, en bij nader inzien vond ik vijf dagen per week in een kantoor zitten ook geen leuk vooruitzicht. Qua grafisch werk deed ik op dat moment alleen nog vervelende klussen om mijn huur te kunnen betalen. Ik stopte geen energie meer in het binnenhalen van leuke opdrachten of in het maken van vrij werk. Hierdoor kwam ik in een negatieve spiraal terecht, en ik werd steeds ongelukkiger. Totdat mijn beste vriendin me in een goed gesprek wakker schudde.

Waarom voelde ik me zo rot over mezelf? Het ging toch best goed? Ze somde mijn successen op, zoals de tentoonstelling waaraan ik had meegedaan, en het boek dat mijn werk had opgenomen. Ze vond dat ik best trots mocht zijn op mezelf en op mijn werk. Maar ik voelde me helemaal niet trots. Ik dacht alleen maar aan alles wat misging: aan het feit dat ik weinig geld had, dat ik nu stom werk deed. Maar ergens voelde ik wel dat ze gelijk had, ik wist dat er iets moest veranderen."

De therapie

'DOOR MIJN GEBOORTEHOROSCOOP VIELEN EEN HOOP DINGEN OP HUN PLAATS'

"De volgende dag vond ik bij de supermarkt een folder van een astrologisch coach. In de folder stond dat een astrologisch consult mensen kan helpen die op een kruispunt in hun leven staan. Om de juiste keuzes te maken, en antwoorden te vinden op vragen als: 'waar ligt je grootste kracht' en 'waar ligt je passie'. Dat leek me wel wat, dus ik maakte een afspraak. In het consult dat volgde, liet de coach mijn geboortehoroscoop zien. Een tekening met de stand van de zon, de maan en de planeten op het tijdstip en de plaats van mijn geboorte. Eerst was ik een beetje sceptisch, het leek me nogal zweverig. Maar

langzamerhand vielen er tijdens ons gesprek toch een hoop dingen op hun plaats. Aan de hand van welke tekens in welk 'huis' stonden op het moment van mijn geboorte, beschreef ze mijn persoonlijkheid, mijn kwaliteiten en mijn kwetsbare punten. Ik schrok een beetje, want bijna alles klopte. Maar het was ook een *eyeopener*. Ik was creatief en kunstzinnig, met een goed oog voor schoonheid en esthetiek. Als grafisch vormgever zat ik dus precies op het goede spoor. Ook was ik zeer geschikt om zelfstandig ondernemer te zijn, omdat ik onafhankelijk, eigenzinnig en ook daadkrachtig kan zijn. Het grote

probleem was mijn angst voor afwijzing, 'falen'. Hierdoor was ik alleen maar gericht op alles waarvan ik dacht dat het niet goed ging, en kon ik niet trots zijn op mezelf. De coach vertelde me dat ik het geloof in mezelf was kwijtgeraakt. Als ik meer vertrouwen in mezelf zou hebben, en me zou focussen op mijn passie, dan zou er vanzelf een kracht aan in mij loskomen. Uiteindelijk ben ik twee keer bij haar op bezoek geweest, waarbij de tweede keer meer op 'coaching' gericht was. Tijdens dit gesprek gingen we dieper in op wat ik echt wilde bereiken, en waar ik aan zou moeten werken."

De verandering

'IK DURF WEER AMBITIEUS TE ZIJN'

"Door de gesprekken met de astrologisch coach besef ik dat ik het eeuwige nadenken en twijfelen over mijn werk moest loslaten. Ik had allang de juiste keuze gemaakt, ik deed precies waar ik goed in was. Maar ik was zo verblind door mijn faalangst en onzekerheid dat ik dat niet inzag. Door iedere kleine tegenslag liet ik me uit het veld slaan. Door dit inzicht is er een bepaalde rust over me gekomen. Misschien klinkt het raar, maar

omdat de astrologe mij zo goed wist te omschrijven, weet ik weer wie ik ben. Ik realiseer me zelfs dat ik enorm veel kan bereiken in mijn vak, als ik me maar goed focus. Op dit moment weet ik nog niet waar die focus precies zal gaan liggen. Maar dat komt nog wel, daar maak ik me geen zorgen om. Ik geniet nu vooral van mijn zelfstandigheid, dat ik mijn eigen tijd kan indelen en dat niemand me vertelt wat ik moet doen. Ook ben ik

weer begonnen met vrij werk, en daar krijg ik enorm veel nieuwe energie van. Natuurlijk betrap ik mezelf nog wel op negatieve gevoelens of gedachten over mezelf, dat is heus niet zomaar weg. Om daaraan te werken heb ik een afspraak gemaakt met een psycholoog. Ik ben er nog lang niet, maar ik heb wel weer vertrouwen in de toekomst. Ik loop niet meer weg voor mijn dromen en ambities, ik ga er nu voor." ●

In de (psychologische) astrologie worden verbanden gezocht tussen de positie van de planeten en het leven op aarde. De moderne astrologie gelooft in de vrije wil en doet niet aan concrete toekomstvoorspellingen. Volgens astrologen kun je mensen door hun persoonlijke horoscoop inzicht geven in hun karakter en mogelijkheden en beperkingen. Zowel 'astroloog' of 'coach' (en ook 'therapeut' of 'psycholoog') zijn overigens geen beschermde titels, iedereen kan zich zo noemen. Bij ernstige persoonlijke en/of psychische problemen is het aan te raden om een erkend therapeut (aangesloten bij het NIP) te raadplegen.

Marloes bezocht de astrologisch coach Mary van Belzen. Mary heeft haar eigen astrologie- en coachingspraktijk in Amsterdam, kijk op www.astro-essence.nl