

Kiezen voor zelfstandig ondernemerschap

door Femke Klein

Afgestudeerd Kunstzinnig Therapeut

Na de studie Kunstzinnige Therapie was het voor mij een persoonlijke zoektocht een passende baan te vinden. Graag neem ik je mee op de vreemde, maar mooie tocht door het land van de studiekeuze tot aan de berg waarop ik me nu bevind, bij het opzetten van mijn eigen praktijk Zonnekunst. Eens kijken hoe het uitzicht vanaf hier is, het uitzicht op mijn toekomst.

Na mijn eindexamen was ik gemotiveerd om te gaan studeren, maar de vraag "Wat dan?" sluimerde al een tijdje. Vele open dagen heb ik bezocht, van de meest uiteenlopende studies. Met een exact vakkenpakket leek de Technische Hogeschool in mijn stad voor de hand te liggen, maar universitaire studies zoals Psychologie trokken me meer. Alles leek me leuk, maar niets was het écht; overal miste ik een bepaalde diepgang. Ik wilde bovenal mezelf ontwikkelen als persoon.



Een cadeaujaar op de Vrije Hogeschool

Geweldig was het toen ik een school ontdekte in Driebergen waar ze een tussenjaar aanboden, waarin je je breed kon oriënteren op alle mogelijke gebieden. Een jaar zonder officieel papiertje, maar met een hele hoop zelfkennis en levenservaring. Een jaar waarin ik onder andere colleges volgde over filosofie, mijn interesse in levensbeschouwing kon vervullen in een project, mijn creativiteit kon ontdekken in een vakles schrijven en actief kon worden in een commissie. Een jaar waarin aandacht werd besteed aan (studie)keuze, waarin het ging om je persoonlijke ontwikkeling en waarin reflectie opeens een

levensstijl werd. En dat op een prachtige locatie midden in de natuur.

Gezondheidszorg, creativiteit en zelfkennis

Na dat jaar wist ik overigens nog absoluut niet wat ik wilde studeren, maar ik was een waardevolle ervaring rijker: ik wist beter wie ik was, durfde meer en had er vertrouwen in dat ik wel een keuze zou kunnen maken. Die keuze kwam met een kleine advertentie over de opleiding Kunstzinnige Therapie, dus vertrok ik na de zomervakantie naar Leiden. Absoluut niet bèta en juist wel 'iets in de gezondheidszorg', wie had dat gedacht. Maar het was wonderwel de juiste keuze, de studie waarbij flink de diepte in werd gegaan als het ging om pathologie en therapeutische methodiek, waar theorie en kunstzinnigheid werden afgewisseld en waar persoonlijke verwerking en zelfreflectie dagelijkse realiteit waren. Ongezien je colleges volgen was er niet bij, actief meedoen en laten zien wie je bent, daar ging het om.

Afgestudeerd en wat nu?

Mijn stages op een basisschool voor langdurig zieke kinderen en op de somatische en psychogeriatrische afdeling van een verpleeghuis waren me goed bevallen. Mijn afstudeeronderzoek naar kenmerkende beeldelementen in vrij nat-in-nat schilderwerk van vrouwen met borstkanker was goed ontvangen. Afgestudeerd stond ik in de grote wijde wereld. En wat nu?

Stel jezelf drie kernvragen: "Wie ben ik? Wat kan ik? Wat wil ik?"

Wat ik wilde wist ik wel: werken als kunstzinnig therapeut, het liefst in een grote instelling, zoals een ziekenhuis en het liefst met mensen met een lichamelijke ziekte, zoals kanker. Als kunstzinnig therapeut liggen de banen echter niet voor het oprapen en moet je veel geluk hebben om een baan in deze richting te vinden.

Werken in loondienst

De stap om meteen voor mezelf te beginnen vond ik aanvankelijk te groot. Ik kon direct worden aangenomen als pedagogisch medewerker op een kinderdagverblijf en heb dat gedaan. Snel daarna werd ik aangenomen bij een buitenschoolse opvang waar ik meer van mijn creativiteit hoopte in te kunnen zetten. Het omgaan met kinderen beviel me uitstekend, maar ik miste het therapeutisch werken en mijn zelfstandigheid.

Na een zoektocht langs de meest uiteenlopende vacatures op plekken in het hele land en van banen die niets met mijn opleiding te maken hadden, kwam ik weer uit bij wat ik echt wilde: het geven van kunstzinnige therapie en het opzetten van kunstzinnige cursussen. Ik wilde echt iets doen met waar ik al die jaren voor had gestudeerd en belangrijker, ik wilde echt mensen helpen en hen iets leren én mezelf blijven ontwikkelen op een manier waarvan ik had ontdekt dat die bij me paste.

Ander mensen helpen en tegelijkertijd mezelf ontwikkelen is voor mij de mooiste combinatie.

Eigen praktijk: Zonnekunst

De afgelopen tijd werkte ik al vanuit mijn bedrijf als freelance Kunstzinnig Therapeut bij de Nationale Stichting ter Bevordering van Vrolijkheid. Op een asielzoekerscentrum geef ik wekelijks een dag kunstzinnige workshops en cursussen aan groepjes kinderen. Ook heb ik hier de mogelijkheid gekregen om eigen projecten op te zetten, stagiaires te begeleiden en kinderen individueel te begeleiden. Ik vind het leuk om de organisatie van binnenuit te leren kennen en geniet van het contact met collega's uit het hele land.

Zo werd het dus toch de keuze voor het zelfstandig ondernemerschap, voor de vrijheid van het 'eigen baas zijn', maar dus ook voor de financiële risico's die dat met zich meebrengt. Allerlei zaken heb ik de afgelopen maanden dan ook moeten regelen: de inschrijving bij de Kamer van Koophandel, een BTW-nummer en de registratie bij de beroepsvereniging. Maar bovenal had ik een woonruimte en werkruimte nodig, een naam voor mijn praktijk, een logo en een website.

Kunstzinnige therapie en cursussen

En nu? De zaken zijn geregeld, de website kan de lucht in en met de bekendmaking van de praktijk Zonnekunst ben ik hard bezig. Nu moeten mensen me gaan weten te vinden: mensen die last hebben van klachten, een bepaalde ziekte hebben of niet lekker in hun vel zitten en daarom therapie willen. Mensen die op een keuzemoment in hun leven staan, een ingrijpende gebeurtenis hebben meegemaakt of twijfels hebben over studie of beroep en graag persoonlijke begeleiding wensen. Ook mensen die deel willen nemen aan een therapiegroep met anderen die

dezelfde ziekte of hulpvraag hebben zijn welkom. En kinderen, studenten en volwassenen die het leuk en zinvol vinden om in hun vrije tijd creatief en verdiepend bezig te zijn en graag in een gezellig groepje een workshop of kunstzinnige cursus willen volgen.

Het uitzicht op mijn toekomst

Daar sta ik dus nu, boven op de berg en uitkijkend op het landschap van de toekomst. Daadkracht zal nodig zijn om mijn initiatief in de wereld te zetten en discipline om in mijn praktijk aan huis ook daadwerkelijk aan het werk te gaan. Ik merk dat ik prioriteiten moet stellen betreffende alles wat ik moet en wil doen, keuzes moet maken en mijn grenzen moet aangeven. En bovenal zal ik moeten zorgen voor overzicht en een gezonde afwisseling van inspanning en ontspanning, van werk en vrije tijd. ■



ZONNEKUNST

Kunstzinnige therapie, (loopbaan)begeleiding, therapiegroepen en kunstzinnige cursussen voor kinderen, studenten en volwassenen

Femke Klein, praktijk te Nijmegen en Dieren
info@zonnekunst.nl, tel. 024-8480319
www.zonnekunst.nl

Kunstzinnige Therapie is zinvol voor mensen met lichamelijke, psychische of psychiatrische ziekten. Hierbij worden oefeningen met tekenen, schilderen en boetseren gericht ingezet. Gewerkt kan worden aan genezing, of aan de omgang met het ziek zijn. Ook gezondheidsbevordering (preventie) behoort tot de mogelijkheden. Kunstzinnige therapie kan o.a. helpen bij: (faal)angst, overspannenheid, dyslexie, vermoeidheid, astma, epilepsie, reuma, kanker, eetstoornissen, depressie, rouwverwerking en ingezet worden als relatietherapie, loopbaanbegeleiding en teambuilding.

Zie voor meer informatie:

Vrije Hogeschool, Driebergen,
www.vrijehogeschool.nl
Kunstzinnige Therapie, Hogeschool Leiden,
www.hsleiden.nl/kt
Nationale Stichting ter Bevordering van Vrolijkheid,
www.vrolijkheid.nl