

Wikkels

Bij ontwikkeling denk ik altijd aan ontwikkelen, de wikkels van iemand afnemen. Ans Markus heeft de wikkels goed verbeeld, bijvoorbeeld in Wording II.

Als kind had ik mezelf ook ingewikkeld. Ik was bang. Bang om geslagen te worden, om gepest en vernederd te worden. Dus deed ik maar niks. Wat ook weer aanleiding was voor negatieve reacties. Ik ben er wel ver mee gekomen. Door braaf te doen wat leraren voorschrijven, haalde ik de ene school na de andere. Maar echt gelukkig? Nee, dat werd ik er niet van. Hoewel het wel even zo leek, toen ik veel ging verdienen.



Afbeelding 1. Ans Markus: Wording II (1985)



Afbeelding 2. Ans Markus: Masker (2016).
Foto: Sigrid Markus

Wat me echt heeft geholpen is loopbaanontwikkeling. Het woord zegt het al, realiseer ik me nu. Oprechte aandacht voor hoe ik me voelde, oprechte aandacht voor waar ik echt goed in was. En dat was niet alleen me aanpassen, dat bleek veel meer. En dus veel mogelijkheden. Niet alleen chemicus, wat ik was geworden. Op lange termijn wilde ik zelf loopbaanbegeleider zijn.

Inmiddels heb ik veel wikkels afgelegd. Nu zie ik ze bij mijn klanten. Als er aanleiding voor is, benoem ik de wikkel en vraag, als de klant het herkent, of hij hem wil handhaven. Vaak is het een bescherming die vroeger ontwikkeld (vreemd woord in dit verband) is en nu niet meer nodig blijkt te zijn. Dan kan hij weg. Soms zeggen klanten dat ze alle wikkels weg willen hebben. Dat vind ik geen goed idee, je hoeft tenslotte niet naakt over straat. Je kunt ook plezier van wikkels hebben. Bij mij is dat bijvoorbeeld het geval met lachen. Ooit ontwikkeld (daar heb je hem weer) als verdedigingsmechanisme. Dat is niet meer nodig, maar ik houd hem wel. Lachen levert me veel op, mensen lachen vaak terug, het veraangenaamt het gesprek zonder oppervlakkig te worden.

Een paar jaar geleden maakte de dochter van Ans Markus een foto van haar moeder en we zien dat ook Ans met haar wikkels aan de slag is gegaan. Een lekkere trui, blote handen en een half verborgen gezicht. Verder hoeft het niet te gaan. ■



Joke Tacoma

Joke Tacoma is psycholoog en loopbaancoach. Haar specialisme is mensen met een technische achtergrond. www.tacomacoaching.nl