

Loopbaanladder

Astrid van Zelst (47)

Studie: deeltijd Kunstzinnige Therapie beeldend (2010)

Baan: eigenaar van praktijk Kleur is Kracht en creatief pedagogisch medewerker in de naschoolse opvang

Brutosalaris: is privé

Wilde als kind worden: etaleur of kunstenaar

Kleur is Kracht. Wat houdt dat in?

"Kleur is Kracht is mijn praktijk voor kunstzinnige therapie en beeldende coaching. Dit is een non-verbale therapievorm met de nadruk op het zelf doen en ervaren. Tot voor kort werkte ik met kunst als medicijn in een ziekenhuis met patiënten oncologie. Als patiënten geconcentreerd tekenden, schilderden of boetseerden, ontstond er een diepere ademhaling en ontspanning, kregen ze kleur op de wangen en een sprankeling in de ogen. Nu doe ik eigenlijk hetzelfde in mijn eigen praktijk, alleen richt ik me op meerdere doelgroepen."

Je hebt je praktijk vorig jaar gestart. Was dat een logische stap?

"Het bloed kruipt waar het niet gaan kan. Ik heb jarenlang als officemanager bij een architectenbureau gewerkt. Het was pittig om een baan en deeltijd studie te combineren, maar ik volgde mijn hart om met mensen en met kunst te gaan werken. Het opstarten van een praktijk kost veel tijd en energie, maar ik heb er geen moment spijt van. Het is een mooi vakgebied en het brengt me dicht bij mezelf."

Hoe helpt de studie je in je werk?

"Tijdens de kunstvakken kwamen allerlei technieken aan de orde die ik nu toepas. Daarnaast heeft de studie bijgedragen aan mijn persoonlijke ontwikkeling. In therapeutische methodiek leer je over afstand en nabijheid. Dit is belangrijk in het werken met mensen met kanker. Dat kan emotioneel zwaar zijn."

Astrid



Marjolijn

Marjolijn Knot (41)

Studie: deeltijd Kunstzinnige Therapie (2006)

Baan: freelance kunstzinnig coach en regiomanager bij Het Coachhuis

Brutosalaris: wisselend

Wilde als kind worden: etaleur

Freelancer is een breed begrip. Wat doe je precies?

"Ik help mensen op weg die in een loopbaanbegeleidingstraject niet goed verder komen. Hiervoor gebruik ik beeldende coaching. Ik laat de mensen bijvoorbeeld tekenen, schilderen of boetseren. Het praten wordt vervangen door doen. Uit wat ze maken en de manier waarop ze bezig zijn, kun je veel opmaken. Tijdens de studie hebben we geleerd om technieken en materialen zo in te zetten, dat het beste bij mensen boven komt."

Wat kunnen creatieve uitingen over mensen vertellen?

"Vaak komen dromen en verlangens terug in het werk. Dat kan heel verhelderend werken. Zo coachte ik een keer een vrouw die voor zichzelf wilde beginnen en daarnaast een kinderwens had. Het opzetten van haar bedrijf kostte zoveel tijd, stress en energie, dat het eigenlijk niet samen ging. Pas toen ze zag dat ze haar kinderwens in al haar kunstwerken verwerkt had, realiseerde zich hoe graag ze dit wilde. Haar besluit was toen helder: het eigen bedrijf ging voorlopig in de koelkast en de loopbaanbegeleiding kon ze daarmee afsluiten."

Je werkt ook nog als regiomanager bij Het Coachhuis?

"Dat klopt. Het Coachhuis is een organisatie die ruimtes aan trainers en coaches verhuurt. Ik kwam daar terecht toen ik zelf op zoek was naar een plek om te coachen en ben blijven hangen. Eerst als beheerder, en nu mag ik als regiomanager op zoek naar mooie panden en locaties in de regio. Het is goed voor mijn netwerk én het is leuk om te doen."