Ja of nee VAN VAST NAAR FREELANCE

Stel: je bent niet meer zo happy in je baan, maar vindt het eng om te vertrekken. Stel jezelf deze 6 vragen en je weet wat je moet doen. **TEKST** SARA MADOU **FOTOGRAFIE** KEE & KEE

Een droombaan was het, voor mij tenminste. Als hoofdredacteur bij een culturele stichting werkte ik fulltime aan het maken van inspirerende content, online en offline. Ik bezocht toneelpremières en las stapels boeken voor mijn werk, kon fietsend naar kantoor en werd daar omringd door leuke mensen, met wie het ook nog eens meer dan gezellig borrelen was op vrijdagmiddag. Kortom: ik had het prima voor elkaar. Tóch begon het na een jaar of vier te kriebelen. Ik merkte dat ik steeds meer op de automatische piloot draaide en ongeduldiger werd. Bij redactievergaderingen zuchtend roepen 'dat hebben we al eens geprobeerd' bijvoorbeeld, of moedeloos worden als ik een stagiair iets moest uitleggen – voor haar de eerste keer dat ze het hoorde, voor mij de zoveelste keer dat ik het vertelde. Maar ja, ik had een vast contract… Kom daar nog maar eens om in de journalistiek.

Naast mijn baan, en de vaste banen die ik daarvoor had, ben ik altijd blijven werken als freelancer. Schrijvend, redigerend, als projectmanager of communicatiedeskundige; ik deed van alles. Vaak kreeg ik de vraag of dat wel kon naast mijn vaste baan. Nou, eigenlijk niet. Ik zat tijdens mijn tweewekelijkse vrije maandag, 's avonds en in het weekend vaker wel dan niet met mijn laptop op schoot. Maar ik vond het heerlijk om te doen, steeds die nieuwe indrukken en afwisselende opdrachtgevers. Dus wat te doen? >

1: Wat is wel en niet leuk in je baan?

Misschien zit het 'm voor jou in de intense werktijden, waardoor je je kinderen amper ziet. Of het te lage salaris, waar je baas geen concessies in wil doen. *Speaking of which*: het kan ook de baas zelf zijn, die maar wat aanlummelt terwijl jij je het leplazarus werkt. Hoe dan ook: zet op een rij wat je dwarszit en let er bij het maken van een nieuwe keuze op dat je dié elementen in ieder geval vermijdt. Loopbaancoach Natasja Hallema (hallema-coaching.nl) werkt met mensen die carrièretechnisch niet lekker in hun vel zitten: «Ontevreden zijn met je baan blijkt vaak neer te komen op het gevoel dat je vast zit. Een gebrek aan vrijheid, verantwoording moeten afleggen, je dag niet zelf in kunnen delen. Het moéten in plaats van het mogen, daar krijgen veel mensen de kriebels van.»
Maar vergeet ook niet te kijken naar de dingen die je wel blij maken. Of dat nou is dat je fietsend naar je werk kunt of af en toe bijspringt op een andere leuke afdeling. Maak oldschool lijstjes, of praat met anderen over je twijfels. Door iets uit te spreken kom je er beter achter wat je wilt en denkt, dan wanneer je in je eentje blijft piekeren.
Hallema: «Je bent op je werk vaak bezig met wat niét goed gaat, in functioneringsgesprekken bijvoorbeeld. Zonde, want de dingen die goed gaan, zijn juist vaak de dingen waarop je het meeste kunt betekenen voor een bedrijf. Als je de werkzaamheden op dat vlak kunt verbreden of vergroten, ben je vaak al een stuk gelukkiger.»

'Zekerheden opzeggen is moeilijk, maar niets doen lost sowieso niks op'

2: Waarom is een nieuwe stap zetten eng?

Het ís eng om zekerheden op te zeggen. Maar wat vaststaat: niks proberen lost je problemen sowieso niet op. Redenen om het niet te doen zijn vaak rationeel. De angst dat je je hypotheek niet meer kunt betalen. Of het idee dat je vast nóóit meer een andere vaste baan gaat vinden. Alleen: wanneer je altijd beren op de weg ziet, kom je nooit ergens.
Loopbaancoach Hallema: «De gedachte dat het anders moet, heb je niet voor niets. Ik vraag mensen: wat zie je voor je als je nu dagdroomt over je ideale werksituatie? Vaak zijn die dromen niet heel realistisch, zoals een surfbar op Ibiza beginnen. Die surfbar is vaak niet wat ze uiteindelijk gaan doen, maar door erover te praten en dromen ontdek je dat iemand meer tijd wil voor haar hobby, of een periode in het buitenland wil werken. Deze oefening kun je zelf ook thuis proberen om achter je wensen te komen.»

3: Wanneer onderzoek je de mogelijkheden?

Ze is nu loopbaancoach met een bloeiende eigen praktijk, maar een paar jaar geleden was Natasja Hallema niet meer gelukkig op de HR-afdeling van een groot bedrijf. «Mensen begeleiden bij hun persoonlijke ontwikkeling vond ik heel leuk, maar dat was een klein onderdeel van mijn baan. Ik volgde een coachopleiding in die richting en dat beviel zo goed dat ik besloot er verder in te gaan. Investeren in jezelf is altijd een goed idee.»
Laat ook bij wat vrienden/vakgenoten subtiel vallen dat je openstaat voor een nieuwe uitdaging (maar roep dit niet op social voordat je huidige baas ervan weet, da's minder slim). Een ander idee is om te onderzoeken of je kunt *job craften*, oftewel: je huidige werkplek meer naar je hand zetten. Een vriendin van mij werkte jarenlang in de klantenservice van een verzekeringskantoor, maar wilde dolgraag meer met copywriting doen. Toen ze in de wandelgangen hoorde dat er een vacature zou komen op de communicatie-afdeling, solliciteerde ze intern en kreeg ze de job. Gewoon proberen als de mogelijkheid zich voordoet! Het is wel slim om dit eerlijk te melden aan je huidige leidinggevende. Je stelt je daarmee kwetsbaar op, maar een béétje baas kan daar wel tegen (zo niet, dan zit je wellicht sowieso niet op de juiste plek).

4: Keuze gemaakt? Plan van aanpak!

Zelf maakte ik een Google Doc voor Het Plan. Heel handig voor alle tussentijdse brainwaves (Wat wil ik verdienen? Welke contacten in mijn netwerk kan ik benaderen?) en je vergeet niet wat die ene kennis ook alweer zei over haar uurloon als freelance pr-consulent. Eenmaal genoteerd, is het makkelijker los te laten. Scheelt weer in een periode waar je hoofd waarschijnlijk al vrij chaotisch is. Wil je een eigen bedrijf starten, noteer dan ook welke omzet je moet draaien door terug te rekenen vanaf je behoeftes. Dus bekijk wat je nodig hebt om je hypotheek te betalen en andere dingen die je (op zijn minst) wilt kunnen doen, en bereken wat je moet omzetten per maand om dat te kunnen betalen. Daarnaast is het handig om te bepalen wat je zelf kunt doen en waar je hulp bij nodig hebt. Is boekhouden niet je ding? Neem een boekhouder die álle stress rondom BTW- aangiftes en dergelijke van je overneemt. Natasja Hallema: «Je ziet vaak dat mensen óf gewoon starten zonder enig plan, óf alles tot de komma nauwkeurig uitrekenen. Zoals wel vaker, ligt de beste oplossing in het midden. Alles vooraf uitrekenen klinkt ideaal, maar je weet nooit precies hoe het gaat lopen. En als je blijft voorbereiden, is de drempel hoger om over te gaan tot actie.»

5: Wat zijn mogelijke valkuilen?

Ben je bang voor het kluizenaarseffect (dat je na een werkdag alleen je katten hebt 'gesproken') huur dan een bureau in een kantoor met andere creatievelingen, die niet alleen gezellige sparringpartners zijn, maar hier en daar ook een opdracht opleveren. Onrealistische verwachtingen koesteren van een nieuwe stap is een andere valkuil die Natasja Hallema veel tegenkomt: «Zeker als het gaat om het oprichten van een eigen bedrijf. Dat kost nou eenmaal veel tijd. Het eerste jaar moet je investeren, in een netwerk en klantenbestand. Misschien moet je af en toe klussen doen die weinig verdienen om je werkzaamheden te verbreden. Of je hebt er nog een parttime baan naast.» Men denkt (of hoopt) vaak onterecht dat de goedbetaalde *job offers* of uitdagende freelance klussen vanzelf komen. Daar zit je dan, met je blinkende nieuwe website. Als je een netwerk hebt opgebouwd, weten mensen je hopelijk te vinden. Tot die tijd moet je er zelf achteraan. Laat zien wie je bent en wat je doet en kies de netwerkmanier die bij je past. Waar de een glorieus netwerkborrels afstruint, is de ander beter in het benaderen van LinkedIn-contacten. En wees trots op jezelf. Zeg niet 'ik ben een bedrijfje gestart, maar dat stelt niet zoveel voor hoor'. Als jij jezelf niet serieus neemt, waarom zouden anderen dat dan wel doen?

Leestip: Spring! van psychologe Reina Janssen, € 18 (S2 Uitgevers)

6: Wat als je besluit de stap niét te zetten?

Want dat kan natuurlijk ook. Dat je ondanks al je voorbereidingen tóch blijft waar je bent. Of het nou om financiële redenen is of iets heel anders: zorg dat je een bore-out of burn-out voorkomt. Hallema: «Mensen die daar in terechtkomen, zijn vaak perfectionisten die de lat onrealistisch hoog leggen voor zichzelf. Als je niks doet aan een sluimerende burn-out kom je jezelf geheid tegen. Erkennen dat het niet goed gaat is heel moeilijk voor perfectionisten. Maar jij bent de enige die voelt wat je voelt en daar actie op kunt ondernemen. Vaak zetten mensen zo'n stap pas wanneer ze een spiegel voorgehouden krijgen, doordat hun kind bijvoorbeeld zegt 'Ik zie je nooit meer' of wanneer je lichaam het écht niet meer trekt. Maar dat kun je beter voor zijn.»
Neem ondertussen voldoende tijd om bij te tanken, op een manier die goed bij jou past. Yoga, smartphoneloze avonden, een maildieet; als het maar helpt om te *unwinden* en ontspannen. En bedenk: er is veel méér in het leven dan werk.

Hoe het bij mij afliep? Besluitend open kaart te spelen ging ik het gesprek aan met mijn baas, want er was ook heel veel dat ik nog wél erg leuk vond in mijn huidige baan. De leidinggevende en strategische kant met name, zoals het bedenken en opzetten van een nieuwe website. Hij stond gelukkig open voor mijn voorstel om parttimer te worden. Nu ben ik drie dagen per week hoofdredacteur en werk ik daarnaast als freelancer in de journalistiek, pr, eindredactie en communicatie. De ideale combinatie wat mij betreft, voor nu in ieder geval. De eerste week liep ik al rond als een blij ei. •